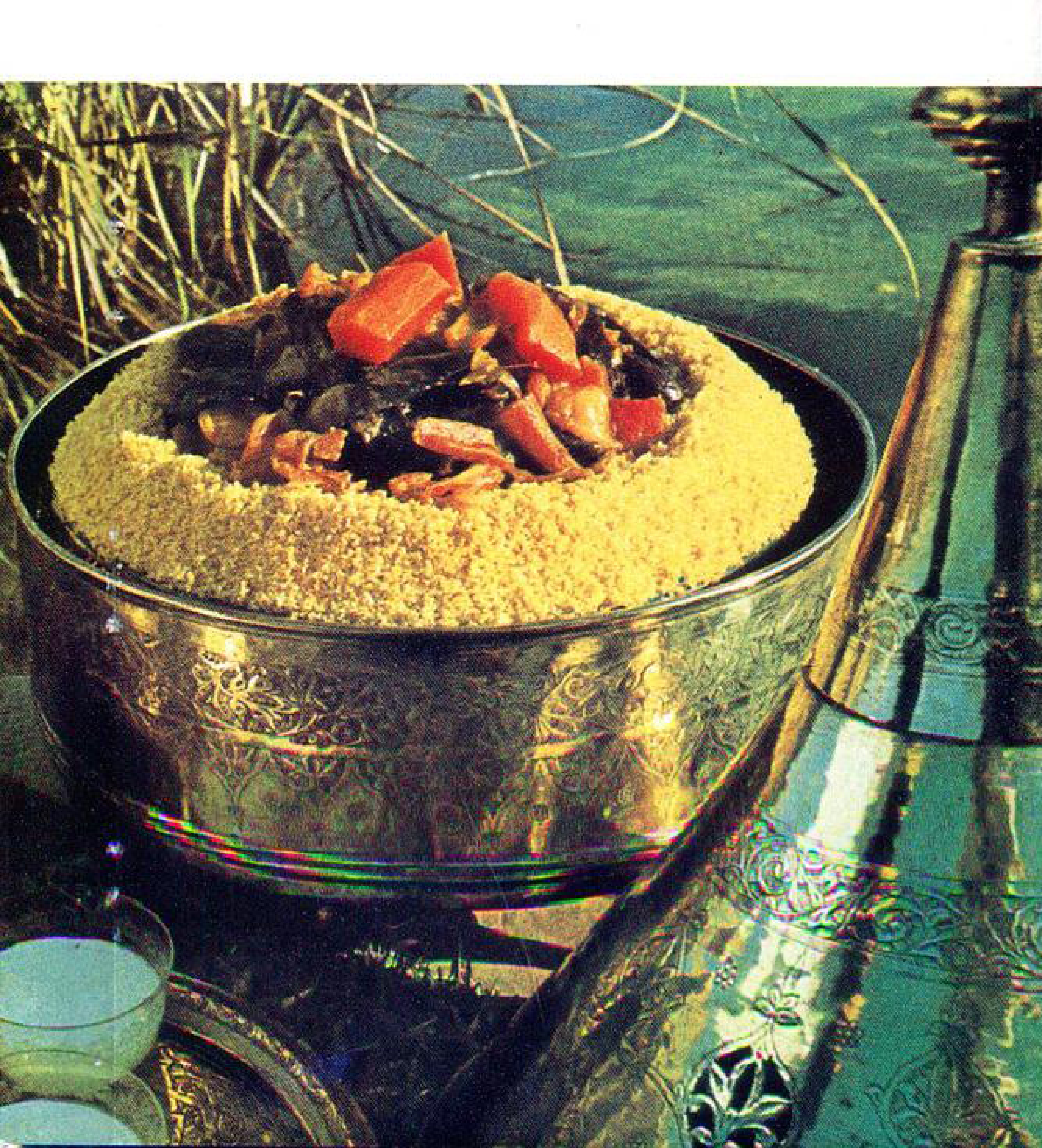
الطبخ المغربي

لطيفة بناني - سميرس





لطيفـة بنانـي ـ سميـرس

شركة النشر والتوزيع ـ المدارس
10 زنقة جانبوان
الــــدار البيضـــــاء

لم يُقيّض للطبخ المغربي، حتى الآن، من يتحدث بمزاياه، ويتمدّح بمآتيه باستثناء نَزْر يسير لا يُعتدّ به.

ومع ذلك، فإذا قيس هذا الطبخ المغربي بأصناف الطبخ التقليدية الأخرى في شمالي إفريقيا، عُدّ أغناها ألوانا، وأكثرها جودة وإتقانا.

من حوض المتوسط نشأ، مثله في ذلك مثل الطبخ الفرنسي.

سبق أن شرحت ذات يوم، أن مدينة « كاشتلنوداري » ـ من مدن جنوب فرنسا ـ اقتبست أكلة الوزّ المحفوظ في إدامه من « الكاسولي » التّولوزي ؛ فهو إذن ابن له نحو مّا. فهل من المحرم على الأب أن يأخذ من ابنه نصيبا من التراث الذي صار إليه ؟

كذلك الشأن بالقياس إلى التقاليد المغربية، إنها الينبوع الثَّرّ الذي يرده كل واحد للاستسقاء.

أن تجد بعض الأساليب أو الوصفات أصولا مصريّة أو فينيقيّة ضاربة في أعماق آلاف السنين، فذلك يصح بالنسبة لجميع البلدان التي تأثرت بجيرانها في حقبة غير محددة من تاريخها.

فالفينيقيون كانوا يتوقفون في الغالب زمنا غير يسير قبل أن يُقدموا على اجتياز أعمدة هِرْقل ـ يتوقفون بين مَليليّة وسَبْتَة حين الذهاب، وفي أحواز طنجة حين الإياب. كانت « طَرْشِيشُ » الأسطورية مقصدهم، وجلب القصدير منها غايتهم. فتجار الزمن القديم الجوّالون هؤلاء كانوا يستبدلون معارفهم الحضارية بضيافة ليس لهم عنها من غَناء.

كانوا يعرفون منذ غابر الأحقاب الأغذية الرمزية والمؤثرات الفلكية.

فالبذرةُ ليست تُنبت دوما المُوحّد المتشابه من الزروع والغلات.

إننا مدينون بالكثير للطيفة بناني ـ سميرس، فهي لم تَمْهرنا تجربتها فحسب ؛ وإنما قدمت إلينا هذه التجربة في جلاء ووضوح. والأمر النادر، أني أشعر أن مؤلفها أحاط بمجموع المعارف التي يذكر بها الموضوع وأَوْعى.

لقد أدهشني الطبخ المغربي كثيرا لا بما له من تقاليد عريقة ؛ وإنما بما فيه من إتقان وإحكام.

إن الدخيل الغريب أصبح الآن موضة لن أنتقدها لعلمي أن مثل هذا الافتتان لا يعد ضروريا فقط ؛ ولكنه طيب وفيه خير كثير.

قليلة جدا أنواع الطبخ الغريبة عن الطبخ الفرنسي أو الصيني تملك طابعا من الأصالة أقوى وأعمق.

من الخير أن تُدَوِّن فتاة في كتاب أخيرا ما بقِيَ زمنا جدّ طويل مجرد تقاليد شفوية.

لربما حُقَّ لي أن لا أتمنى النُجْح للطيفة بناني ـ سميرس، مع ما يبدو في ذلكم الأمر من تناقض، فأنا أعتقد أن النجح حليف لها على كل حال، فمتمنياتي موجهة إلى قرائها. متمنياتي بالنجح حقا، وبالأخص في تحقيق تلكم السعادة التي تنشأ دوما حول مائدة حافلة حفية.

ليس هناك فقط ما يحنّ إليه السائح من شمس وضاحة وحُمُر صغيرة، وحنين إلى الباطل والمشوي فحسب ؛ بل هناك أيضا استكشاف الطواجن، واستعمال التوابل والأفاويه (قد يبدو الأمر شاذا غريبا بالقياس إلى الكثيرين)، والأعشاب والرياحين التي تبشر بسائر المتع الأخرى. ستجد المحبة مجالا لها في ذلك لا محالة ، وستجد الصداقة أيضا فرصة سانحة للتوطد.

لن أدعو لكم بالشهية الطيبة، فأنا واثق أنها ستأتيكم حين الجلوس إلى المائدة.

ريموند أوليفير

رحلة تقليديّة عَبْرَ الطبخ المغربي

لطيفة بناني ـ سميرس

حياة مليئة بالتقاليد العريقة والعادات الراسخة في الطبخ، بعضُها أغرب من بعض، وفئة منها أشد رمزية من فئة، تضيع الآن شيئا فشيئا، وكأن صَخَبَ الحياة العصرية قد عصف بها عصفا.

هذه التقاليد التي تراكمت على مرّ السنين قليلا قليلا، كانت تُحتذى من المولد حتى الممات حَذْوا أمينا في هذا البلد العريق في الحضارة والمدنيّة.

فبمَناسبة الولادة، يُقدّم إلى النُّفَساء « سَلُو » ـ ذلكم الهرم من الدقيق واللوز المحمّص المطحون ـ ليردّ إليها قواها، تلكم القوة التي سيستمدها الرضيع غذاء من ثدي أمه.

ويُرمز إلى زواج الوليد بأن تتغذى النُّفَساء في يومها الأول بدجاجة تمثل العروس التي سيتخذها الوليد الذكر له زوجةً في المستقبل، أو بديك يرمز إلى العريس المبارك الذي سيكون لوليدتها الصغيرة زوجا في ما بعد.

وفي سابع أيام الميلاد، يُنحر الكبش الذي سيمنح للطفل اسما، وفي ذلكم الصباح ، تُقدم الفطائر المتنوعة للفَطور (المَلاوي، الرغايف، بَغْرير، الخ) وسيخفي القفطان الواسع ـ لحسن الحظ ـ هذا السَّرَف وغيره الذي سيُغدق على الأم الشابة طوال أربعين يوما.

وهناك مناسبات أخرى تنتظرنا ، حفلات الزواج، والختان، والأعياد الدينية. ولكل مأدبة تقاليدها الطبخية التي تطبعها بطابعها الخاص.

سنقتفي أثر عروس شابة انطلاقا من اليوم الأول.

ها هي العروس تنتظر قَلِقَة مشغولةَ البال الانصراف إلى أسرتها الجديدة. عندئذ تُقدم لها أمها أكلات « لم تحركها أي مغرفة » لكي تكون حياتها القابلة « هنية لا كَدَرَ فيها ».

وفي الوقت نفسه، يستعد المدعوون ، في منزل العريس، للتلذذ على أنغام الموسيقى الأندلسية ـ « بالتفايَة » التقليدية المزينة باللوز والبيض المسلوق، « والحلوى الرغيفة » الشهيرة التي صنعها المتخصصون ـ بعد أن يكونوا قد طعموا من البسطيلة والمشوي أو الدجاج بالليمون الحامض المحفوظ.

وفي صبيحة الغد، تبعث أسرة العروس للزوجين الشابين بفطور قوامه الرزّ بالحليب ورأس خروف مبخر. وعلى هذا النحو تصبح العروس طاهرة مثل الحليب، وقادرة على تسيير بيتها بكامل « رَأسها ».

وفي سابع أيام الزفاف، تمتحن العروس أول امتحان بأن تُهيّيء في الصباح الباكر الخميرة التي ستخمر الخبز، وتدخل على بيتها الخير والبركات.

وستختبر حماتها ـ المستطلعة دائما ـ مدى كفايتها في الطبخ، ومقدار مهارتها في صنع الطعام. ويعتبر النجاح في إعداد طاجن السمك **اعترافا لها بالحنق في الطهي.** ولكي يذهب طيب المسك بريح **المطبخ، تُصحب العروس في ذلك اليوم إلى الحمام.** وعند رجوعها من **الحمام، يُقدم إليها الشاي المُنَعْنَعُ، والقهوة** المعطرة **بماء الزهر والقرفة، « والقراشل »،** والبيض المسلوق، واللوز المقلي، لاسترجاع قوة هي في مسيس الحاجة إليها.

ذلك أنها ما دامت تُقيم في بيت أسرة زوجها، وما دامت تنتظر ميلاد الابن الأول الذي سيُوَطّد مركزها، عليها أن تُطيع في احترام أوامر حماتها، وتفتل الكُسْكُس، وتصنع وَرَقة البسطيلة، وتُعدّ الحلواء بمناسبة الأعياد.

وفي عيد الأضحى، يُشترط فيها أن تُحسن مَزْج توابل « المروزيّة » (أكلة حُلوة تُعمل من الزبيب واللوز، ويمكن الاحتفاظ بها مدة شهر من دون ثلاجة).

ويوم عيد المولد النبوي الشريف، تَتَلَذّذ الأسرة بأكل « العَصيدَة »، وهي طعام يُعمل من السميد المطبوخ المسقي بالعسل، تُعِدّهُ الزوج الشابة في الصباح الباكر فطورا للأسرة.

وستحضر حفل « الخليع » (اللحم القديد)، فتعُبر عن فرحتها صحبة نساء أُخريات على دقّات « الطّعَارِيج »، بينما ينحر الجزار العجل أو الثور المخصص للخليع.

ستُواصل العروس تطافها، فتشوي « هَرْبَلْ » بمناسبة حلول أول السنة، وهو قمح مجْرُوش يُعمل بالحليب، ويُبشّر بخير يَعُمُّ السنة كلها. وفي هذا اليوم بالذات، ستُحرق أُصَيْبِعاتها حين صنع تلكم الفطائر التي تنتفخ هواءً بتأثير الحرارة (الرغايف مَخْتَمْرِين)، وتعني كل فطيرة منتفخة بالنسبة للعروس الخير والبركة والسعادة والهناء.

ستكون كذلك فخورة بطهي أجود « حريرة » لرمضان، وبصنع « الكريوش » الهشّ « وسَلُو » المُقوي، وستغمس « التَجْماط » في الحليب للمريض الناقه، وستهب التمر والجوز والبيض المسلوق بمناسبة « عاشوراء » عيد الأطفال.

وستشهد فرحانة جَذْلانة نحر الكبش الذي يقدّم هِبَة للبنائين الذين سيقيمون أسس بيتها المقبل.

وستنظف ببالغ المحبة والعناية مأواها هذا عندما يتمّ بناؤه، وسترش أرضه بالحليب، وتعطر جَنَباته ببخور عود الصَّنْدَل، ثم ستفتح أبوابه للمُقْرِئين، تُطعمهم من أول كُسْكُس، وتُشبعهم من أول مشوي تصنعه في بيتها المستقل الجديد، في حين يضرع أولائك المقرؤون إلى الله ويستخيرونه جل علاه أن يُسبغ من كريم نعمه على الزوجين، تلكم النعم التي ستجعل من هذه الزوجة الشابة بدورها أمّا يقظة، وحماة صارمة، وجدة رؤوفا رؤوما.

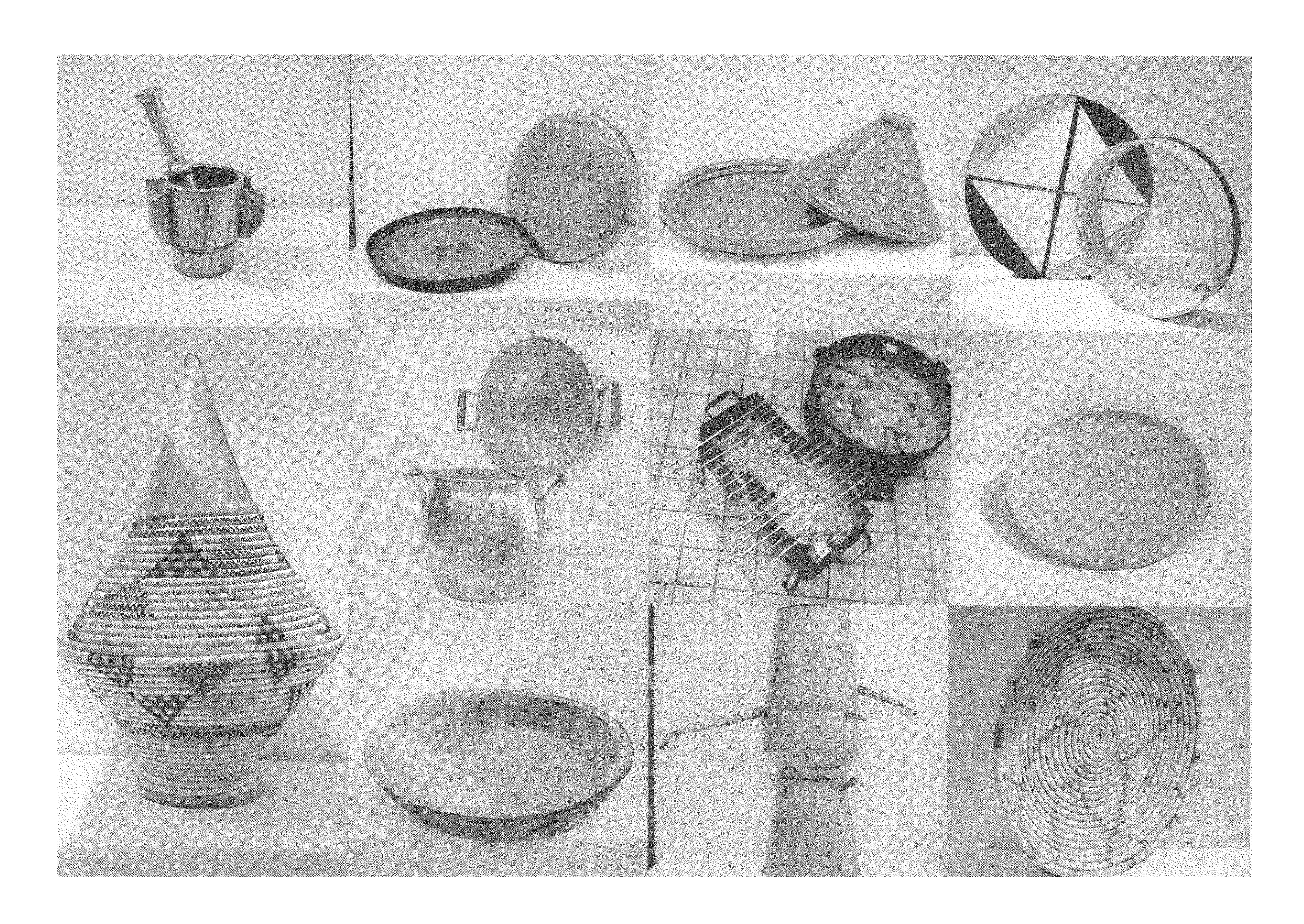
اختفى الكثير من هذه التقاليد واندثر، ولكنه بقي راسخا في أعماقنا ذلكم الأثر الواهي، وذلكم الحنين المُبهم الذي يجعلنا نحلم في عالم ينغمس في الواقعية أكثر فأكثر.

حين كانت جدتي تقص علي بصوت مليء بالحنين قصة حياتها، حياة من التقاليد، والمبادىء، والبساطة، كنت أعجب أيما الإعجاب بالقوة البادية عليها، وبالطمانينة المُشِعّة من وجه لا أثر عليه للهموم، وفي نفس الوقت كنت مقبلة في امتنان على عالم جديد كل الجِدّة.

لطيفة بناني - سميرس

آنية المطبخ

هاكُم الآنية التي يلزم أن تكون في متناولكم لإعداد ألوان الأطعمة المغربية. وهذه الآنية جميعها موجودة في كل الأسواق. إن الفخار، والنحاس، والخشب، والدوم، والحلفاء، تحتلّ منزلة مهمة ؛ فالمهراس، والقصعة العتيقة، والخوابي، والطواجين السّلّويّة، والغربال ماعون يحفظ للطبخ المغربي طابعه السحري الجذاب.



1. **غربال :** مُنخُل من أسلاك حديدية (يعزل النخالة عن الدقيق) - 2. **شطاطو :** غربال من حرير - 3. **طاجين سَلَويّ** صحن مستدير من خزف، ذو غطاء مُقرّن - 4. **طَبْسِيل الوَرْقة :** صحن مستدير كذلك، يُستعمل لصنع الورقة - 5. **طَبْسِيل البَسْطِيلَة :** صحن من نحاس داخله مقصدر، يُستعمل لتحمير البسطيلة - 6. **مِهْراس :** هاوَن يُستعمل للدقّ - 7. **مقلاة من طين :** صحن مستدير من فخار، يُستعمل لصنع الرغايف والتَفْرِير - 8. **مجمر مستدير :** ويكون من طين، أو من حديد، أو من نحاس يتناسب مع طبسيل البسطيلة - 9. **مِشْواة :** وهي مجمر مستطيل من حديد أعلاه مُشبّك، يُستعمل لشيّ سفافيد الكفتة والكَباب - 10. **مغازل :** وهي سفافيد من حديد، أو من معدن مُقَضّض - 11. **كَسْكاس :** وهو إناء ذو قعر مثقّب من الحلفاء، أو من الألومينيوم ، أو من النحاس، يوضع على القدر ويستعمل لإنضاج الكسكس بالبخار - 12. **قدر الكُسْكُس :** ويلزم أن تكون مناسبة لكَسْكاسها - 13. **طبق :** ويكون من دوم أو حلفاء، يستعمل لِفَرْزِ حبات الكسكس بحسب حجمها - 14. **قطّارة :** وتستعمل لتقطير ماء الورد، أو ماء الزهر - 15. **قصعة :** صحن واسع جدا وعميق من خزف، أو من خشب، يستعمل لعجن الخبز والحلواء - 16. **طبيقة :** وتكون من دوم مزين بالجلد، يغطيها مكب مُقرّن يُستعمل لحفظ الخبز

المقاييس المستعملة

كأس الشاي : سَعَتُهُ من السوائل : 2 دسيليتر. **ملعقة حساء :** من الحجم العادي **ملعقة قهوة :** من الحجم العادي. **ملعقة مُخا :** من الحجم العادي. **كأس الماء :** سعته من الماء ثلث لتر. **مغرفة المطبخ :** من الحجم العادي. **زلافة حساء :** سعتها من السوائل : ثلث لتر.

الآنية المستعملة في إعداد الشاي الأخضر

الصِينِية : طبق مستدير منقوش ذو أرجل. يكون من النحاس أو من المعدن الأنجليزي. ولا بد من صينيتين، إحداهما كبيرة، والأخرى صغيرة، توضع الكؤوس والبرّاد على الصينية الكبرى، وعلى الصينية الصغرى توضع الربيعات الثلاثة التي يودع فيها السكر، والشاي ، والنعنع ؛ وتكون من معدن الصّينيّة نفْسِها. **الربيعَة :** علبة أسطوانية الشكل في الغالب، مختلفة الأحجام. تكون من النحاس أو المعدن الأنجليزي.
الكؤوس : الكؤوس صغيرة الحجم. في بعض المناسبات، تقدم الأسر الكبيرة الشاي لضيوفها في كؤوس من البِلور الشفاف الملون المذهب : كؤوس ملونة بالأخضر، وأخرى ملونة بالأزرق، وأخرى ملونة بالأحمر.
البرّاد : إبريق الشاي.
البابور : سَمَاوَر من النحاس أو من المعدن الأنجليزي منقوش نقشا بديعا. يغلى فيه الماء لإعداد الشاي. أخذ استعماله يقل.

المَرَق

يُعمل من الماء الذي أغلي فيه اللحم أو الدجاج أو الفراخ مدة طويلة على نار هادئة. يُطيّب المرق بالتوابل ؛ وهو أربعة أنواع :

- **المقلّي :** مرق أصفر يعمل بالزيت والزنجبيل والزعفران.
- **المحمّر :** مرق أحمر يعمل بالسمن والفلفل الحلو والكمون.
- **القدرة :** مرق أصفر، أخف من مرق المَقلِي، يُعمل بالبصل والسمن والإبزار (الفلفل الأسود) والزعفران.
- **المشَرْمَل :** مرق أحمر وهو مزيج من أنواع المرق الثلاثة السابقة.

تلكم أنواع المرق الأصلية، ومن الممكن تنويع طعمها بحسب ذكاء ومهارة الطابخة.

يُطيب المرق ـ حسب أنواع الطعام ـ بالبَقْدُونيس، الكُسْبُرة، الثوم، البصل، الزيتون، والليمون المرَقّد، عصير الليمون، البيض، الفلفل، الحِرِيف، السكر، العسل، القرفة.

التّوابِــــل

تُطيّب الطواجين على العموم بالتوابِل التالية:

- الفلفل الحلو ؛
- الفلفل الحِرّيف ؛
- الفلفل السوداني ؛ وهو فلفل حِرّيف جدا
- (افريقيا الشمالية، السنغال) ؛
- الزعفران الحر؛ (شعرات زهر الزعفران
- المدقوقة) ؛
- الزعفران الرومي؛ وهو الزعفران العادي، يلون الطعام ؛
- الإِبْزار ؛ الفلفل الأسود ؛
- سَكِّيـنْجبير ؛ الزَّنْجَبِيل ؛
- القرفة ؛
- الكمون ؛

تُستعمل هذه التوابل جميعها مدقوقة.

توابل أخرى ؛ رأس الحانوت

تدق التوابل التالية وتُخلط مع بعضها فَتُكَوّن رأس الحانوت.

قاقُلّة

البسِيبِتة ؛ بَسْباتة

الجوزة الصحراوية

جوزة الطيب

النّويورّة ؛ نوع من الفلفل

ذَبَّانة الهند

دار فلفل ؛ فلفل طويل

الكركوب ؛ الكركم

سَكِّيـنْجبير ؛ الزَّنْجَبِيل

الإبزار ؛ الفلفل الأسود

لسان الطير ؛ ثمر شجر الدَّرْدار

زبيل اللأَيْضور

سكينجبير أبيض ؛ الزنجبيل الأبيض

يستعمل رأس الحانوت في صنع طاجين المروزية. كل هذه التوابل تغسل وتجفف ثم تدق طبعا قبل الاستعمال . توجد هذه التوابل، مدقوقة أو غير مدقوقة، عند العطارين في جميع الأسواق.

النباتـات العَطِـرَة

الشّيبة ؛ يُطيّب بها الشاي

النافَع:الأنِيسُون

حَبّة حَلاوة ؛ أَنِيسُون أسبانيا الأخضر

الكَرَوْيا

الأُتْرُنْج (البرتقال المر)

الكُسْبُرَة ؛ تستعمل زريعة الكسبرة وأوراقها.

المَسْكَة ؛ الصّمْغ العربي

الخُزامى

ورقة سيّدنا موسى ؛ الرَّنْد

البَقْدُونِيس

عِرْق سُوس

السالْمِيّة ؛ القُوَيْسَة

الجُلْجُلان ؛ السِّمسِم

السَّعْتَر

اللويزة

مَرْدَدُوش ؛ المَرْدَقُوش

النعنع

فلِيُو ؛ النعنع البري

العِطــــر

ماء الزهر ، أي زهر الأُترنج أو البرتقال.

ماء الورد.





الأغذية المحفوظة

الزيتون

ينبغي إعداد الزيتون في أول الخريف.
الزيتون ثلاثة أنواع ، الأخضر، الأحمر، الأسود.
ينبغي فَرْز الزيتون أولا قبل حفظه.

الزيتون الأحمر

لِتحميض 10 كيلوغرامات من الزيتون ، يلزم :
30 كيلوغراما من الأتْرُنْج (البرتقال المُرّ)، يُقْتَنى الأتْرُنْج 40 يوما بعد الزيتون.
2,5 كيلوغرامات من الملح.

1) اختيار الزيتون الأحمر (وهو ما بين الأخضر والأسود). شق كل زيتونة طولا من جانبيها حتى النواة. غسل الزيتون ووضعه في الخابية أو في البَواقيل. ثم تغطيته بالماء. سد الخابية أو البَواقيل بِإحكام. ترك الزيتون في الماء على هذه الحال مدة شهر كامل.
2) في نهاية الشهر ، يُجدّد الماء ثم تُسَدّ الآنية بإحكام وتترك هكذا مدة 10 أيام.
3) بعد تمام العشرة أيام. يُؤخذ الأترنج ويغسل ويُقشر ويقطع أرباعا ويُملح حينا ثم يطحن في طاحونة الخضر.
إفراغ بواقيل الزيتون من الماء، وتعويضه بعصير الأترنج حتى يغطي الزيتون. غلق البواقيل من جديد. فإذا لم يغط عصير الأترنج الزيتون زِيد عليه الماء. انتظار أربعة أو خمسة أيام. بعدها يمكن استهلاك الزيتون.

الزيتون الأخضر

10 كيلوغرامات من الزيتون الأخضر.
هَرْسُ الزيتون بحجر، ثم غسله، وضعه في بواقيل ممتلئة بالماء. سدّ البواقيل بإحكام. تغيير الماء صباحا ومساء مدة ثلاثة أيام. الاستمرار في تغيير الماء مادام الزيتون مرا. توقيفُ عملية تغيير الماء عندما تزول مرارة الزيتون. تغطية الزيتون بالماء وسدُّ البواقيل بإحكام. يُؤخذ الزيتون بملعقة أو بمغرفة نقية جدا. يؤكل هذا الزيتون بدون ملح أو بالملح، أو يُزَيّن به الطاجين.

الزيتون الأسود

15 كيلوغراما من الزيتون الأسود.
4 كيلوغرامات من الملح.
1) يفرز الزيتون وتطرح منه الحبات الناضجة جدا أو المهروسة. يغسل الزيتون ويُملّح، ثم يوضع في سلة من القصب ويترك حتى يقطر منه الماء.
توضع السلة مائلة على حجر مثلا. يوضع حجر أو أحجار غليظة على السلة لِتعْصُر الزيتون حتى يقطر منه سائل مُسْوَدّ (المَرْجان).
2) بعد خمسة أيام ينشر الزيتون في الشمس يوما كاملا على منديل من البلاستيك ، ثم يوضع الزيتون في السلة من جديد، ويُثقل بالأحجار لمدة خمسة أيام أخرى. تجدد هذه العملية ثلاث مرات، في كل خمسة أيام مرة.
3) بعد العملية الثالثة، ينشر الزيتون في الشمس يومين متتابعين، ثم يُدهن بزيت الكاوْكاوْ. عندئذ يعتبر الزيتون صالحا للاستهلاك. يوضع الزيتون في البواقيل، ويضغط عليه بشدة براحة اليد لكي لا ييبس.
ملحوظة : لا تنسوا أن تضغطوا بشدة على الزيتون في كل مرة تأخذون منه قبل غلق البوقال.

الخَلِيع

الخليع مستعمل في الطبخ المغربي، ويكون من لحم البقر. يمكن حفظه سنة أو سنتين. يُتّخذ في طبخ عدة وجبات عائلية بسيطة ولذيذة. سأعطيكم في ما يلي طريقة إعداد مقدار قليل من الخليع (من 4 إلى 5 بواقيل كبيرة). غير أن الأسر الميسورة الحال في فاس ومراكش... تُعِدّ كلّ سنة مقادير كبيرة منه (100 كيلو فأكثر).

أنصح لكم أن لا تعدوا إلاّ مقادير قليلة من الخليع في كل مرة. فذلك أسهل، وحَظّكم في إجادة إعداده يكون أوْفَر.

شَرْمولَة

المقادير اللازمة لعشرين كيلو من لحم البقر

1,150 كيلو من ملح الطعام

750 غراما من زرّيعة الكُسْبُرَة المدقوقة

150 غراما من الكمون المدقوق

250 غراما من الثوم التفرْوم

نصف كأس ماء من الخلّ

ملء كأس ماء من زيت الزيتون

إعداد القِدّيد وتيبيسه

يُكلف الجزار بتقديد اللحم (20 كيلو) على شكل شرائح طويلة تُشبه حبلا غليظا. تُغسل هذه الشرائح وتترك ليقطر منها الماء.

تُخلط مواد شَرْمولَة المذكورة أعلاه خلطا قويا. ثم تُلَتّ الشرائح، التي قطر ماؤها، بِشَرْمولة في جفنة أو صحن كبير. يلزم أن تبيت الشرائح في شرمولتها ليلة كاملة.

وفي الصباح، تحرك من جديد الشرائح المُشَرْمَلَة لكي تتشرّب القطع جميعها الشرمولة. وفي المساء، تُعلق شرائح اللحم على أسلاك نشر الغسيل، وتبقى معلقة يومين كاملين، ولا تُنزع من الأسلاك في الليل. وا بتداء من اليوم الثالث، تُنشر الشرائح في الصباح وتُقلع في آخر المساء لمدة خمسة أيام.

يلزم إعداد الخليع في الصيف عندما تكون الشمس شديدة الحر، لكي ييبس في ظروف ملائمة.

تُقطع قِدّيدة بالسكين للتحقّق من أنّ القديد يبس تماما ، ويلزم أن يكون جوف القدّيدة جافّا لا أَثَر فيه للرطوبة. ولا يقطر منه ماء إذا ضُغِط عليه بالأصابع.

تقلية القديد بعد يبسه (ساعتان ونصف تقريبا)

تؤخذ 4 كيلوغرامات من شحم البقر. ينقّى الشحم ثم يُقطع قطعا صغيرة، ويُغسل ثم يُترك حتى يقطر ماؤه. توضع 8 ليترات من الماء في الطنجير. يلقى الشحم في الماء حين غَلَيانه. يُغطّى الطنجير ويُترك على النار مدة 10 دقائق، ثم تصب فيه 7 ليترات من زيت كاوْكاوْ و 1 ليتر من زيت الزيتون، والقِدّيد ، وبقايا شَرْمولَة التي صارت مسحوقا بعد أن يبست.

يُغطى الطنجير حتى يَغْلي، ثم يرفع الغطاء، ويترك الطنجير على نارٍ قوية مدة نصف ساعة، ثم على نار متوسطة حتى يتبخر الماء تماما.

وهكذا، يبقى القديد يَتَقلّى في إدامه فقط. انتبهوا أنه يجب أن يُحرك الطنجير مرارا طوال مدة التّقْلية بمغرفة طويلة من العود، مع حك قعر الطنجير بالمغرفة حتى لا يلصق به الخليع. عندما يتبخر الماء تماما، يُقطع جزء من قديدة لِلتَحَقُّق من نُضْج اللحم. يُرشّ الخليع بنصف ليتر من الماء (للزيادة من طراوته). يترك هذا الماء حتى يتبخّر ثم يرفع الطنجير عن

النار. وللتأكّد من أنّ الماء قد تبخر تماما. يوخذ من قعر الطنجير ملعقة من الإدام وتُرمى في النار. فإذا ارتفع اللّهب أُعْتُبِرَ أن الماء قد جّف تماما.

ملحوظة : في حالة ما إذا نضج اللحم قبل أن يتبخر الماء تماما. يُخرج القديد. ويبقى الإدام على النار حتى يتبخر ماؤه. يُرفع الطنجير عن النار عندما ينضج الخليع. يُصَبُّ الإدام في الخابِيَة. وتُخرج قطع اللحم بسفّود وتوضع في القصعة وتُترك حتى تبرد. يوضع اللحم في البواقيل عندما يبرد. ويُغطى بالإدام الذي لا يزال مائعا. تُترك البواقيل مفتوحة عدة ساعات ثم تُسَدُّ بإحكام.

أَكْرِيش

سيبقى في قعر الطنجير فُتات اللحم وبقايا شَرْمولَة. ذلك هو أكْرِيش. يوضع الطنجير على النار للتأكد من تبخر الماء تماما. ثم يُرفع بعد دقائق قليلة. ويُترك حتى يبرد. يُحفظ أكريش ليُعمل به « رغايف القَرّان ».

الفلفل المُرَقّد (المحفوظ)

لترقيد 2 كيلو من الفلفل الأخضر، يلزم :

500 غرام من الطماطم

ملء كأس شاي من الملح

3 أو 4 فلفلات طويلة حريفة (لمن يستلذّ الطعم الحِرّيف)

ملء كأس شاي من الخل

يغسل الفلفل الأخضر جيدا. ويُشق طولا على أربع من دون أن تُفصل الفلفلة عن عُرْجونها. يوضع الفلفل مع الملح والخل في بوقال. ثم يغطّى بالماء. ويُسد بإحكام. بعد يومين يُشْطّر الطماطم بالعرض شطرين. ثم يضاف إلى الفلفل.

لا تستعملوا أبدا بوقالا سبق أن وُضِع فيه مادة دَسِمَة.

يصير الفلفل صالحا للاستهلاك عندما يميل لونه للاصفرار.

الليمون الحامض المرقد (المحفوظ)

يستعمل ـ قدر الإمكان ـ الليمون « بُوسَرّة » أو الليمون « الدّقّ ». يُحَضَّرُ الليمون المرقد في الربيع عندما ينضج ويتخذ لونه الأصفر الذهبي.

يغسل الليمون في سطل. ثم يقطع بالطول على أربع مع بقائه مُتّصلا من أعلى. يُملح باطن الليمون جيدا ويسدّ ثم يوضع في بواقيل نقية جدا لم يسبِق أن وُضع فيها مادّة دسِمَة. تُملأ البواقيل حتى الشفة بالماء الدافيء. ويوضع حجر طاهر على الليمون. تُغلق البواقيل بإحكام. وتودع مكانا لا رطوبة فيه. وبعد شهر يصبح الليمون جاهزا للاستهلاك. يستعمل الليمون المرقد لتزيين الطواجين وتطييبها. عند الاستعمال. يُنزع لباب الليمون ويُرمى. وتُغسل القشرة وتُقطع قطعا. فهي وحدها المستعملة.

السمن (الزبدة المُذابة المحفوظة)

أخذ استعمال السمن في الطبخ المغربي يقل بتوالي الأيام. ليترك مكانه للزبدة لكونها أخف وأسهل عند الهضم. لذا. فحديثي عن السمن مجرد إشارة ليس غير.

لمعالجة 30 كيلو من الزبدة. يلزم :

2 كيلو من الملح

تُمزج الزبدة بالملح وتترك ليلة كاملة كي تتشرّب الملح.

وفي الصباح. تنوب الزبدة على نار هادئة. وتُحرّك تحريكا خفيفا. تُكَشّطُ الرغوة كلما طَفَتْ على وجه الطنجرة. تستمر هذه العملية حتى يبلغ الذائب درجة الغليان. يُصفّى السمن بوضع قطعة نسيج دقيق على فم الخابِية التي يُصبّ فيها. ثم يُترك حتى يبرد. ثم تُغلق الخابية. وحينئذ يُعتبر السمن جاهزا. ويُمكن حفظه سنة كاملة.

العجائـــــن

الخميرة البَلديّة

أُقدم هذه الوصفة خاصة لصنع حلواء تسمى « الكرِيوَش » التي تزداد جودة وطيبا باستعمال هذا النوع من الخميرة. كانت هذه الخميرة، في الماضي ، تُستعمل لتخمير الخبز، والرغايف، والسفنج... ولكنها عُوّضت اليوم بخميرة « الخباز » التي تُباع عند البقالين.

المقادير

ملء كأس ماء من الطحين	**فَصّ ثوم**
حفنة من طحين الشعير	**قَبْضة من ملح**
ملء ملعقة حساء من زيت كاوْكاوْ	**ماء**

يغربل الطحين ويملح، ثم يجوف ويخلط بقليل من الماء ، تزاد فيه ملعقة الزيت ويدلك دلكا شديدا مدة 20 دقيقة. ينبغي أن تكون متماسكة مثل عجينة الخبز. تُكور العجينة. يقشر فص الثوم ويُغرز في باطن الكرة. ثم توضع كرة العجين في إناء يُلف بنسيج غليظ. ويُترك 24 ساعة ليختمر. عندئذ يُنزع منه فص الثوم.
ومن عجين الخبز الذي صنع بهذه الخميرة. تؤخذ قطعة صغيرة لتخمير خبز الغد. وهكذا دواليك.

عجينة الورقة (ورقة البَسْطِيلَة)

المقادير اللازمة لصنع بسطيلة من 8 فراخ
500 غرام من طحين القمح الصُّلْب، تُغربل في غربال الحرير (شطاطو)
500 غرام من خالص الطحين
ملء ملعقة قهوة من الملح

تصنع عجينة متماسكة في مثل تماسك عجيبة الخبز، وتدلك دلكا شديدا، مع الاحتراس أن لا يتكبّد العجين. يزاد فيه الماء قليلا قليلا ويُهوّى بين الحين والحين، إلى أن يصير في مثل تماسُك عجينة السَفَنْج. وللتأكد من ليونة العجين، توخذ منه بالأصابع قطعة صغيرة، ثم تُرْخى الأصابع كأنها ستترك القطعة لِتسقط ثم تُتَلَقّف بباطن الكفّ. فاذا تبعت القطعة حركة اليد واستقرّت في باطنها عرفنا عندئذ أن العجينة « أطلقت الخيط ». يعالج العجين بأن يُرفع باليدين معا ويُخبط على المائدة بقوة مرات متعددة. ثم توخذ هذه العجينة العَلِكَة اللينة وتوضع في إناء وتُغطى بميليمتر أو بميليمترين من الماء، وتترك هكذا مدة ساعة تقريبا.

ورقة الرغايف (نوع من الفطائر)

الرغايف نوع من الفطائر تعمل على أشكال مختلفة. هذه الفطائر اللذيذة المتنوعة يمكن أن تحشى، حَسَب الرغبة والذوق، بالفراخ.

أو باللوز، أو بالدجاج، أو باللحم، أو بالخليع (القديد المحفوظ)، ويمكن كذلك أن تُعمل الرغايف من دون حَشْوَة، وتقدم مع السكر، أو مع العسل. تعمل الرغايف من عجين هاكُمْ وصفَته :

---

500 غرام من الطحين
ملء ملعقة حساء من الملح
مقدار جوزة من خميرة « الخباز » (20 غراما تقريبا)
1/4 ليتر ماء (يزيد مقدار الماء أو ينقص بحسب الحاجة).

يوضع الطحين في قصعة، أو على مائدة المطبخ، ثم يجَوّف. يضاف إليه الملح والخميرة بعد تحليلها في قليل من الماء. يصب في الطحين قليل من الماء الدافىء، ويخلط خلطا شديدا حتى يتم الحصول على عجينة متماسكة. يُعرك العجين عَرْكا قويا لمدة نصف ساعة، ويُزاد فيه قليل من الماء إذا صار صُلْبا. يجب أن تكون العجينة أكثر ليونة من عجينة الخبز، وأن تبقى مع ذلك عَلِكَة مَرِنَة طَوْعَ اليد.

حينئذ تدهن العجينة بالزيت، وتُعمل منها كُوَيْرات صغيرة لتحضير الرغايف، وذلك بأخذ العجين باليد اليمنى ووضعه في اليد اليسرى، وجعل إبهام وسبابة اليسرى على شكل خُرْص، ثم يضغط على العجينة، وتقطع الكويرة التي تخرج من الخُرص، وهكذا دَوَالَيْك... تدهن العجينة واليدان بالزيت مرارا لتزلق العجينة بسهولة.

يختلف حجم الكويرات باختلاف حجم الرغايف التي يُراد صنعها.

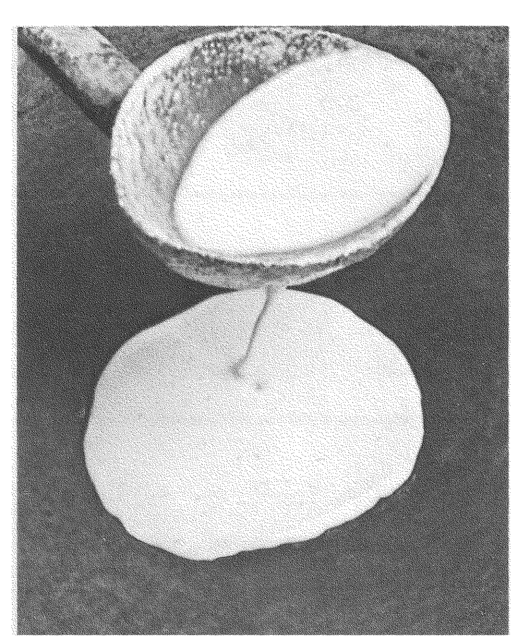
بَغْرِيـــــر

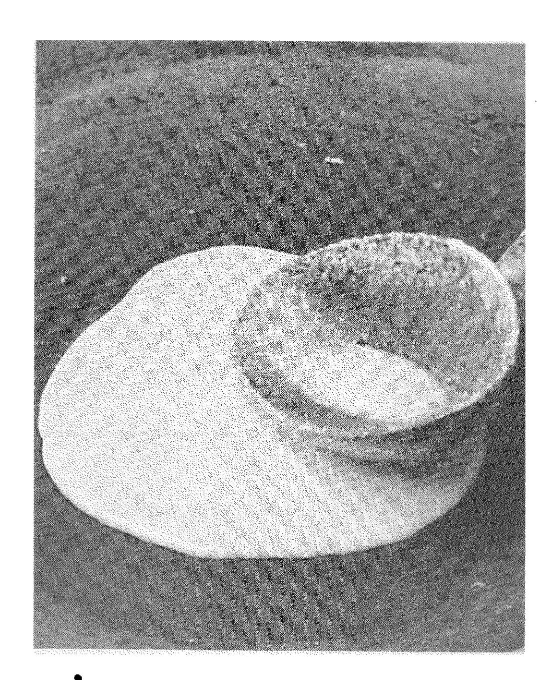
بَغْرير نوع من الفطائر ظهره أملس، ووجهه مُخرّق بثقوب عديدة. بغرير أُكلة خفيفة ومَرِيئَة، تؤكل بالزبدة والعسل، أو بالزبدة ومسحوق السكر.

لتحضير 35 بغريرة، يلزم :
375 غرام من السميد الرقيق
125 غرام من طحين القمح الصلب، مغربل في غربال الحرير
ملء ملعقة قهوة من الملح
1/4 ليتر من الحليب
3/4 ليتر من الماء
3 بيضات
40 غراما من خميرة « الخباز » محلولة في ملء ملعقتين كبيرتين من الماء.

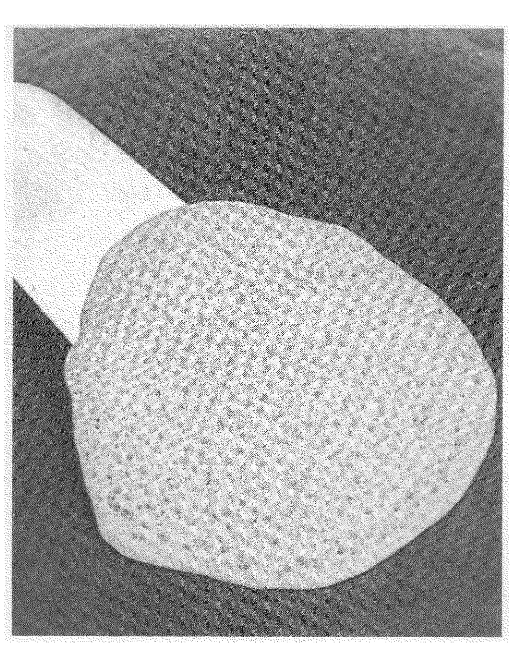
يغربل السميد والطحين ويوضعان في قدر ويملحان. يدفى الحليب والماء ويخلطان بالبيض المَخْفوق وبالخميرة المحلولة في الماء.

يمزج السميد والطحين قليلا قليلا بخليط الحليب والماء والبيض والخميرة إلى أن نحصل على عجينة عَلِكَة جدا تشبه عَصيدة خفيفة. يُخْفَق العجين شديدا مدة 10 دقائق، ثم يُصفى في مصفاة كغربال القصدير مثلا، ثم تُضاف إليه بقية الماء والحليب الدافىء، ويُحرك بمغرفة إلى أن نحصل على عجينة خفيفة مائعة وناعمة. يُغطى العجين بنسيج غليظ، ويوضع في مكان دافىء ليختمر مدة ساعتين تقريبا. وحينئذ تنتفخ العجينة وتعلوها رغوة.





توضع مقلاة من طين على نار جمر متوسطة. تُحمى المقلاة. تخلط العجينة بمغرفة. تُمسح المقلاة بخرقة مبْلولة بالبيض.



يُصبّ في المقلاة ربع المغرفة من العجين تقريبا. يُشرّح وجه العجين بخفّة بظهر المغرفة. يُنضج بغرير من جهة واحدة. سيتخرّق وجه بغريرة بثقوب صغيرة عديدة.

عندما تنضج بغريرة، تقلع من المقلاة، على مهل، بملعقة مسطحة. توضع بغريرة على منديل نظيف، وتكون جهتها الملساء إلى الأسفل. تُمسح المقلاة من جديد، وتُعاد نفس العملية حتى يكمل العجين.

ملحوظة : لا يوضع بغرير، واحدة فوق الأخرى، حتى يبرد تماما. وحين تقديم بغرير، تُذاب قطعة كبيرة من الزبدة في المقلاة، ثم تُغمس البغريرة الأولى في تلك الزبدة، ثم توضع في صحن وتوضع فوقها بغريرة ناشفة. تُتابع نفس العملية بوضع بغرير، الواحدة فوق الأخرى، الأولى مغموسة والثانية ناشفة حتى يكمل بغرير. يوضع بغرير مبسوطا في صحن، جهته المثقّبة إلى الأعلى ، ويدخل الصحن إلى الفرْن. يُغلق الفرْن ويُسخن بغرير على نار هادئة مدة 10 دقائق، ثم يُقدم مع العسل الساخن أو مسحوق السكر.

اَلبَسْطِيلَــة

أُكلة شهيّة لذيذة تفتتح بها المآدب الكبرى. حلوة وحِرِّيقة معا. هَشّة وناعمة . تتألف من أوراق رقيقة (تسمّى الورقة) - وهي نوع من الفطائر الشفّافة - تحشى باللوز وفراخ الحمام.

يستلزم إعداد البسطيلة بعض الممارسة وكثيرا من مهارة الأصابع. لكن صدّقوني. إنها واحدة من لذائذ الطبخ المغربي.

حَشْوَة البَسْطِيلَة

المقادير لاثني عشر شخصا

- **8 فراخ**
- **3 زليفات ممتلئة حتى الشَفَة من البَقْدُونِس المَفروم**
- **1 كيلوغرام ونصف من البصل المبشور**
- **450 غرام من الزبدة**
- **8 بيضات**
- **1/2 نصف ملعقة صغيرة من القرفة**
- **1 ملعقة صغيرة ممتلئة كلّها من الفلفل الأسود (الإبزار)**
- **1/2 نصف ملعقة صغيرة من الزعفران (الزعفران الحرّ المدقوق)**
- **300 غرام من اللوز والزيت لقليه**
- **ملء كأس شاي حتى الشفة من مسحوق السكّر**
- **ملح.**

تُغسل الفراخ ولا تقطّع ثم توضع في القدر. تملّح. ويضاف إليها البقْدونس المفروم. والبصل المَبْشُور. والفلفل. والزعفران. والقرفة والسكّر.

لا يزاد الماء إلاّ في ما بعد أو حين نقصان المرق وفي حالة عدم نضج الفراخ. تنضج القِدر على نار قويّة ويحرّك مُحْتواها من حين لآخر.

تخرج الفراخ إذا نضِجت. وتفرغ من الحشوة التي قد تكون تَسَرَّبت إلى داخلها. وتترك هذه الحَشْوة على النار مع تحريكها في استمرار إلى أن يتبخّر الماء منها تماما. تضاف حينئذ البيضات الثمانية المَخْفوقة كما يُخْفَق (يُضَرَّب) بيض العُجّة. وتصبّ قليلا قليلا مع التحريك في استمرار ثم ترفع القدر من فوق النار.

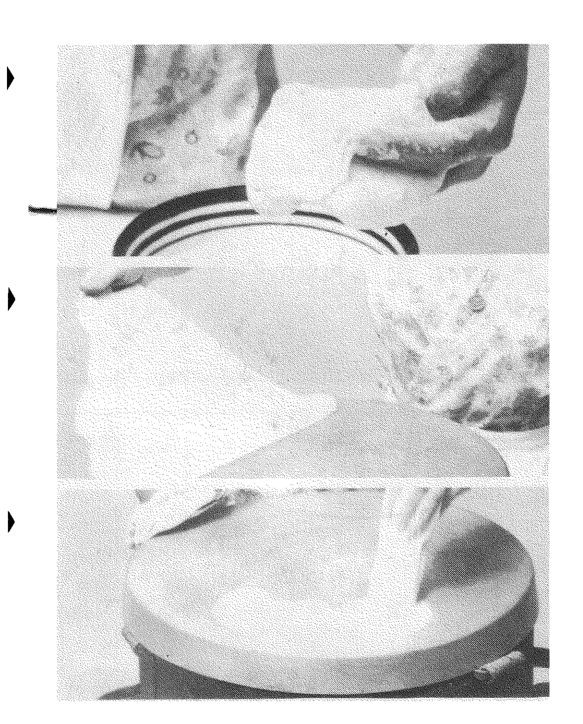
تقطّع الفراخ بعد نضجها قِطعا لا تنزع عظامها. ثم يقشر اللّوز ويقلى في الزيت الغليان. يرفع اللّوز من فوق النار حين يبدأ في التلوّن. ويصبّ فورا في المِصْفاة لئلاّ يَشْوَدّ لونه. يُجْرش اللّوز في المهراس. أو يطحن في مطحنة الخضر مع استعمال شبكة ذات عيون واسعة. يخلط اللّوز بمسحوق السكّر. ثم يضاف إلى حشوة الفراخ ثلاث ملاعق كبيرة من زيت قَلْيِ **اللّوز** ويحتفظ بالزيت الباقي.

إنضاج الورقة (عجين الورقة. انظر الصفحة 14)

الآنية التي تلزم لإنضاج الورقة :

- **1 مجمر مستدير من الحديد أو من النحاس**
- **1 صينيّة من النحاس المقصدر صُنِعت خصّيصا لإنضاج هذه الورقات (طَبْسيل الورقة)**

يوقد الفحم مُسبّقا. يوضع في المجمر جمرات مُتّقدة (ينبغي ان تُوَزّع النار توزيعا متساويا وأن تكون حرارتها معتدلة). تُقلب الصَينيّة على المجمر . بِحَيْث يكون ظهرها الأملس من فوق. ثم يمسح الظهر أوّلا بِخرقة مدهونة دهْنا خفيفا بشيء من الزيت. ويمسح بعد ذلك. كلما لَصِقَ به العجين.



- يُؤخذ قليل من العجين على أطراف الأصابع بعد بلّها.

- يُضرب بالعجين على الصّينيّة المحْماة بِرفْع اليد وخفضها في تتابع. فيلتصق العجين العلك بالصّينيّة حين يمسّها ويترك عليها في كل مرّة قُشَيْرة بيضاء رقيقة.

- تلتصق هذه القُشَيْرات الرقيقة، بعضها مع بعض، بهذه الحركات المتتابعة في خفّة. فتُكوّن ورقة مستديرة قطرها 30 إلى 33 سنتم. تجذب الورقة بِتُؤَدَة إلى الأمام حتى تنفصل عن الصّينيّة.

الورقة تنضج من وجه واحد وتوضع على منديل في متناول اليد. ويكون الوجه اللّامع هو الأعلى دائما. تُتابع العملية نفسها إلى أن ينفد العجين. توضع الورقات بعضها فوق بعض، وجهها اللّامع إلى الأعلى دائما لئلا يلتصق بعضها ببعض. كلّما خمدت النار أُذْكِيت ببعض الجمر. يجب أن تكون حرارة الصّينيّة دوما ثابتة. تُلفّ الورقات مبسوطة في منديل بعد إعدادها جميعها. ويقتضي إعداد هذه الورقة حِذْقاً ومهارة يدويّة لا تُكتسب إلاّ بالمُمارسة الطويلة. فإن لم تتوفّقْنَ في إعدادها، أمكن لكُنّ أن تجدْنها في السّوق ، وإن كانت ليست في رقّة ما يُعَدّ في البيت.

تهْيئة البَسْطِيلَة

آنية ؛ صينية من نحاس داخلها مقصدر (طبسيل البسطيلة) قطرها 50 إلى 60 سنتم. أو صفيحة فُرْن مستطيلة من 40 سنتم على 50 سنتم تقريبا.

يوضع في مُتناول اليد ؛ الحشوة، والفراخ، واللّوز، والورقات (الورقة) - أربعون ورقة تقريبا - تدهن الصفيحة أو الطبسيل بالزيت.

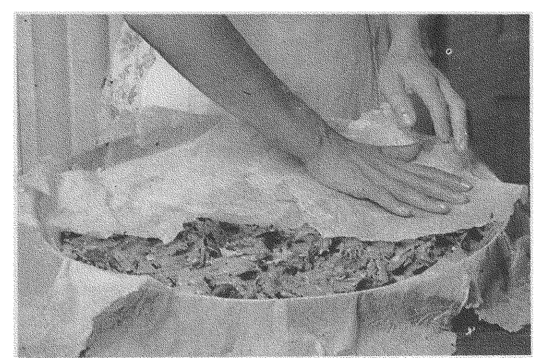
تُفكّ كلّ ورقة على حِدة في عناية كبيرة.



تُبسط طبقة أولى من الورقات، وجهها اللاّمع إلى الأسفل، وتُجعل متراكبة بحيث تكون حواشيها خارج الصينية.



توضع طبقة ثانية من الأوراق، ثم يُفرش فوقها حشوة الفراخ على مساحة الصينية جميعها.





تغطّى هذه الحشوة بطبقتين أُخريَيْن من الورقات من غير أن تُخرج حواشيها هذه المرة عن حافّة الصينية.



تصفّف قطع الفراخ.



توضع فوقها طبقتان من الورقات. يُذرّ عليها بانتظام اللوز المدقوق المُسكّر.



وعندئذ تثنى حواشي الورقات الخارجة عن حافة الصينية، ثم تُلصق بصفرة البيض (المحّة).

ومن جديد . توضع طبقتان من الورقات، وجهها اللاّمع إلى الأعلى، مُتراكبة على الشكل السابق، بحيث تبقى حواشيها خارجة عن حافة الصينيّة.



تثنى هذه الحواشي من تحت كما يثنى غطاء السّرير تحت أطراف الفراش. يُدهن وجه البسطيلة وحواشيها بالزيت الذي قُلي فيه اللوز ثم بصفرة البيض، فيتكوّن رغيف مستدير أو مستطيل سمكه 3 أو 4 سنتم.



ملحوظة : ينبغي أن لاتحتوي البسطيلة على ورقات كثيرة. فإذا كانت البسطيلة سميكة جاء مُورّقها غير هشّ.



الإنضاج في صفيحة الفرن

تُنضج البسطيلة في فرن معتدل الحرارة لمُدة عشرين دقيقة، وتُخرج من الفرن حين يتورد وجهها.
وقبل التقديم بخمس عشرة إلى عشرين دقيقة، تُقلب البسطيلة بخفّة في صفيحة أخرى بحيث يُجعل أسفلها أعلاها. تدهن الحواشي بالزيت من جديد. تُدخل إلى الفرن وتترك فيه إلى أن يتورّد الوجه الأعلى.

الإنضاج في « طبسيل البسطيلة »

يلزم ثلاثة أرباع الساعة تقريبا لإنضاج كلّ وجه من وجهي البسطيلة. يُوقد الفحم مسبّقا. وحين تحمير البسطيلة، تفرش جمرات محمرّة في المجمر ويترك وسطه فارغا لا جمر فيه. توضع حجرة مسطّحة على حافة المجمر بحيث تكون الصينيّة مائلة ميلا خفيفا. تُدار الصينيّة مرارا من أجل أن تتورّد البسطيلة تورّدا مُتساويا. ومن حين لآخر تدهن الحواشي بالزيت الذي قُلي فيه اللوز. يرفع طرف الرغيف بسكّين للتّأكّد من أن وجهه الأسفل قد تورّد وصار هشّا. وحينئذ تقلب البسطيلة بأن يوضع عليها صحن من نفس الحجم ثم تُزحلق في طبسيل البسطيلة. يُحمرّ الوجه الثاني بنفس الطريقة التي قدّمنا.
تقدم البسطيلة على صحن مستدير أو مستطيل. يطابق شكلها (جهة اللّوز في الأعلى). يذرّ عليها السكّر المصقول ذرّا خفيفاً.

ملحوظة : يمكن تعويض حشوة الفراخ بحشوة الدجاج الصغير وسقطه (عنقه وأجنحته وبطنه).

الخبــــز

يُعدّ الخبز المغربيّ في البيت. صباحا على العموم. يعمل من طحين القمح الصّلب، وهو دقيق متفاوت الصّفاوة. وفي بعض الأحيان يعمل الخبز من الدقيق الخالص المنخول، ولكن ذلك لا يحدث إلّا نادرا. يمتاز هذا الخبز بطراوته التي قد تدوم 24 ساعة.
الخبز مستدير، وتختلف أحجامه حسب الأسر. يُحفظ في « الطبيقة » من الغبار والرّطوبة.

المقادير لثلاث خبزات، قطر الخبزة 20 سنتم تقريبا
1 كيلو غرام من الطحين بحسب الاختيار
ملء ملعقة حساء من الملح
25 غرام من خميرة « الخباز »
ملء ملعقة حساء من الجلجلان (السّمسم) المخلوط بالنّافع (الأنيسون الأخضر)
كأسان ونصف تقريبا من الماء الدافىء.

يُوضع الدقيق المنخول في قصعة أو يجعل بكلّ بساطة على مائدة المطبخ. ويجوّف وسطه. يضاف الملح والخميرة بعد أن تحلّ (تطلق) في قليل من الماء. يصبّ قليل من الماء الدافىء ويخلط الجميع خلطا شديدا إلى أن يصير عجينا متماسكا.
يعرك العجين بقوة، ويدلك بالكفّ مرّات عديدة، ثم يلكز في قوة بجمع الكفّين. يُزاد بعض الماء إذا لوحظ أن العجين صلُب شيئا ما. يعرك هذا العجين مدة 15 إلى 20 دقيقة.
وعندما يلين العجين، تضاف إليه ملعقة الجلجلان المخلوط بالنافع بعد حكها على المائدة بقليل من الماء. ثمّ يقسم العجين إلى ثلاث قرص، تدحرج كل قرصة على المائدة بتحريكها بالكفّ حركة دائريّة حتّى تصير القرصة على شكل مخروط.
توضع المخروطات على قليل من الطحين وتُبسط بالضغط عليها بالكفّ حتى تصير خبزات مستديرات سُمْك الخبزة 2 سنتم تقريبا.
يختمر الخبز، بلفّه في منديل نظيف وتغطيته بغطاء خاصّ بالخبز، وجعله في مكان دافىء.
يختمر الخبز في مدة ساعة إلى ساعة ونصف. يُراقب اختماره بالضغط على الخبزة بالأصبع ضغطا خفيفا. تعتبر الخبزة مختمرة إذا عاد العجين إلى شكله بعد رفع الأصبع عنه. تثقب كلّ خبزة بشوكة في ثلاثة أو أربعة مواضع مختلفة ثم يرسل الخبز إلى الفرن.

الكسكس

الكسكس أُكْلة وطنية تُمثل الطبخ المغربي أحسن تمثيل. فهذا السميد المفتول بمهارة يُكوّن الأساس لأكلات حريفة، أو مُفلفلة، أو حلوة في بعض الأحيان. يمكن تقديم الكسكس بمفرده في وجبة عائلية، ويمكن تقديمه كذلك في آخر المآدب في المناسبات.

ينبغي أن تكون حبات الكسكس رقيقة سوية، منفصلا بعضها عن بعض، وغير مُعجّنة أبدا.

تستلزم تسوية حبات الكسكس مهارة يدوية كبرى، وصبرا جميلا، ويدا صناعا ليس من الممكن اكتسابها إلاّ بالمراس والتجربة الطويلة. سأُعطيكنّ هنا نظرة خاطفة عن طريقة فتل الكسكس، لكن ينبغي أن تَكُنَّ حضرتنّ كَيفيةَ صنعه، وشاهدتنّ حركة يد الطابخة على حبات الكسكس الذهبية، لتُدركْنَ حقيقة صعوبة صنعه.

إني أنصح لكن، إن كنتن من ساكنات المغرب، أن تُكلفن فتالة بصنعه ، وبميسوركن أيضا أن تشترين الكسكس المعلب، فالجيد منه كثير في الأسواق. هذا الكسكس المعلب، إن كان طريا، يُعوّض الكسكسَ المفتول في الدار.

طريقة فتل الكسكس

المقادير لـ 10 أشخاص :

500 غرام من السميد الغليظ

500 غرام من الطحين الرقيق المغربل

ملح

ماء

يُوضع، في مُتناول اليدِ ، غربال، طبق، ماء مملح، منديل نظيف، سميد، وطحين مغربل. يُوضع في القصعة ملءُ زلافة من السميد. يُرش السميد رشا خفيفا بالماء البارد المملح، ويُفتل بتمرّير باطن اليدين على حباته في حركة دائرية، منتظمة مستمرة ، ذلك من أجل فصل الحبات بعضها عن بعض. يُعاد الفتل بنفس الطريقة مع إضافة قليل من الطحين. فإذا تَجمعَتْ الحبات في كويرات، أعيدت نفس العملية، مع زيادة الطحين والماء المملح قليلا قليلا إلى أن تُفتل الحبات فتلا جيدا. تُوضع هذه الحبات في غربال من أجل فرزها بحسب غلظها. ثم توضع الحبات الرقيقة المتساوية الحجم على منديل نظيف. تحكّ الحبات الأكثر غلظا بباطن اليد في الطبق مع إضافة قليل من الطحين. تفرز الحبات من جديد بواسطة الغربال، من أجل فصل الحبات الغليظة عن الحبات الرقيقة. تلقى هذه الحبات في المنديل مع الحبات المفتولة.

تُعاد نفسُ العملية حتى ينفد السميد والطحين. ينبغي أن تكون حبات الكسكس رقيقة، متساوية ومنفصلة بعضها عن بعض، وعندئذ تدهن بملء ملعقة حساء من الزيت.
يمكن صنع كمية كبيرة من الكسكس « المفتول » من أجل حفظه. ينضج الكسكس على بخار الماء مدة نصف ساعة. يوضع الكسكس بعد نضجه بالبخار على منديل نظيف وينشر في الشمس. وحين تيبّس الحبات جيدا توضع في بواقيل مقفولة.

الكسكس بالخليع وبسبع خضر

المقادير لعشرة أشخاص

500 غرام من السميد الغليظ « المفتول » مع
500 غرام من الطحين المغربل (انظر الطريقة في صفحة 22)، أو :
1 كيلوغرام من الكسكس المعلب
500 غرام من الكرنب
500 غرام من القرع الأحمر
500 غرام من الجزر
250 غرام من البطاطا
250 غرام من الطماطم
250 غرام من الباذنجان
3 أو 4 فليفلات حريفة
1 كيلو غرام من الفول الرخص
500 غرام من الخليع بإدامه
ملء ملعقتي حساء من الفلفل الحلو
ملء ملعقة قهوة من الإبزار (الفلفل الأسو د)
نصف ملعقة قهوة من الزعفران
(مزيج من الزعفران الحر المدقوق وكيس من مسحوق الزعفران العادي إن أمكن)
1 كيلوغرام من البصل
6 ليترات من الماء
الملح الكافي
150 غرام من الزبدة لدهن الكسكس عندما ينضج

زمن الطهي : ساعتان تقريباً

يوضع الماء في القدر، يملح، ويزاد فيه الفلفل الحلو، والإبزار، والزعفران، وبصلتان مقطعتان على أربع، وال 500 غرام من الخليع بإدامه. وحينما تغلي القدر، تخرج شرائح الخليع وتوضع جانبا، ثم يُلقى في القدر بالكرنب مُقطعا على أربع وتُترك لتغلي من جديد. يوضع حينئذ الكسكس « المفتول » في الكسكاس وينصب على القدر، ثم تقفل القدر بشريط من القماش مغموس في عجين رَخْو من الطحين والماء (القفّال)، وذلك حتى لا يخرج البخار إلاّ من ثقوب الكسكاس.
وحينما يبدأ البخار في الخروج من الكسكس، يُترك هكذا مدة نصف ساعة لينضج. يُرفع الكسكاس من فوق القدر ويُصب الكسكس في القصعة، ثم يفرك بالمغرفة بخفة من أجل فَصْل الحبات. يترك ليبرد ويُرش بالماء البارد، يهوّى، وتعاد نفس العملية حتى تَتَشَبع الحبات المنتفخة بالماء.
يترك ليرتاح وليتَشَرّب الماء جيدا. وفي نفس الوقت، أيْ قبل ساعة كاملة من تقديم الطعام، توضع في القدر، التي بقيت على النار، الطماطم والباذنجان مُقطّعة على أربع وغير مقشورة، ثم البصل والجزر،

مُقشر ومقطع على أربع، وأخيرا الفول بعد قشره. والفليفلات الحريفة. تطبخ البطاطا والقرع المقطع إلى أربع، على حدة، في قليل من المرق.

وحينما تغلي القدر من جديد. يُذاق المرق للتأكد من أنه أخذ حقه من الملح والتوابل.

يُعاد وضع الكسكس في الكسكاس الذي ينصب مرة أخرى على القدر الغليان، ثم تقفل القدر بالقفّال من جديد. عندما يخرج البخار من الكسكس. يُرفع من فوق القدر ويُصب في القصعة. يدهن الكسكس بالزبدة ويخلط خلطا جيدا، ثم يُسْقى بالمرق ويحرك حتى يَرْتوي. يوضع الكسكس حينئذ في صحن كبير مستدير، ثم يُقبب ويجوف وسطه، ويوضع فيه الخضر وشرائح الخليع المسخنة من قبل في المرق. يُقدم الطعام حالا، مع زليفات مرق على حدة للذين يفضلون الكسكس المسقي جيدا.

الكسكس « قدرة » بالقرع الرخْص والفول واللفت

المقادير لعشرة أشخاص

زمن الطهي : من ساعتين إلى ساعتين ونصف بحسب نوع اللحم.

500 غرام من السميد الغليظ المفتول في
500 غرام من الطحين الرقيق المغربل
(انظر الطريقة) أو :
1 علبة كسكس من وزن كيلوغرام
1 كيلو من لحم كتف الخروف مقطع
إلى أربع، أو :
1 كيلو من لحم العجل، يؤخذ
من لحم الساق
1 كيلو غرام من القرع
500 غرام من اللفت
1 كيلو غرام من الفول الطري
1 كيلو غرام من البصل
حفنة من الكسبرة المفرومة
ملء ملعقة حساء من الإبزار
نصف ملعقة قهوة من الزعفران
الحر المدقوق، إن أمكن، وهو الأفضل
150 غرام من الزبدة في المرق
100 غرام من الزبدة لدهن الكسكس
6 ليترات من الماء
ملح

توضع قطع اللحم في القدر، ويزاد عليها الماء (6 ليترات)، والبصلتان المقطعتان على أربع، والإبزار، والزعفران، والملح، ويترك الجميع حتى يغلي.

يملأ الكسكاس بالكسكس « المفتول » وينصب على القدر، ويُقفل بالقفّال (شريط قماش مغموس في عجينة رخوة من الطحين والماء) حتى لا يَخرج البخار من جوانب الكسكاس.

وحينما يبدأ البخار في الخروج من الكسكس. يُترك على هذه الحال مدة نصف ساعة لِيَنضج. يرفع الكسكاس من فوق القدر ويصب في القصعة. ثم يُفْرك بالمغرفة في خفة بقصد فَصْل الحبات عن بعضها. يترك حتى يبرد. فَيُرش بالماء البارد. يهوّى. وتُعاد نفس العملية إلى أن تَتَشَبع الحبات المنتفخة بالماء. يترك الكسكس ليرتاح، وليَتَشَرب الماء جيدا.

وفي نفس الوقت، أيْ قبل ساعة كاملة من تقديم الطعام. يوضع. في القدر التي بقيت على النار، اللفت المقشور المقطع على أربع، والفول بعد قشره. تترك القدر تغلي ربع ساعة، ثم يزاد فيها القرع مقطعا إلى أربع، وغير مقشور، ومفرغا من زريعته، والبصل المقطع إلى أربع كذلك، والكسبرة المفرومة. وعندما تغلي القدر، يُتذوق المرق للتحقق من أنه قد أخذ نصيبه من الملح والتوابل. يعاد وضع الكسكس في الكسكاس، وينصب مرة أخرى على القدر الغليان، ثم يقفل بالقفّال من جديد. حينما يخرج البخار من الكسكس، يرفع الكسكاس من فوق القدر ويصب في القصعة. يدهن الكسكس بالزبدة، ويخلط خَلْطا جيدا، ثم يسقى بالمرق، ويحرك حتى يَرْتوي. يوضع الكسكس عندئذ في صحن كبير مستدير. يُقبب ويجوف وسطه، ويوضع فيه اللحم والخضر. يقدم الطعام فورا.









الكسكس « قدرة » بالقرع الرخص والفول واللفت والحليب

نفس الطريقة المُتبعة في إعداد الكسكس السابق. يُعوض اللحم بالدجاج. عندما ينضج، يُخلط ليتر من الحليب الغليان بشيء من المرق ويُملح. ثم يسقى به الكسكس. يقبب ويجوف ويوضع الدجاج والخضر في الوسط. ويُزيّن ببيضات مسلوقة، مقشرة ومقسومة نصفين. وتُصفف الخضر حَوْلها. يقدم الطعام على الفور.

الكسكس « قدرة » برؤوس الغنم، والقرع الرخص، والفول ، واللفت.

تُشوط على الجمر ثلاث رؤوس غنم لإحراق صوفها. ثم تُغسل وتحك شديدا. تنفض الرؤوس نفضا قويا ليسقط منها ما قد يكون في خياشيمها وآذانها من ديدان. تقطع الرؤوس على أربع. ثم تُغسل من جديد بالماء والملح، وتُحك بفرشاة صلبة، وتُغسل مرة ثالثة غسلا جيدا.

يُصنع الكسكس بنفس طريقة الكسكس « قدرة » بالقرع الرخص والفول واللفت، مع تعويض اللحم برؤوس الغنم.

الكسكس « قدرة » بالزبيب والحمص

المقادير لـ 8 إلى 10 أشخاص
زمن الطهي : ساعتان تقريبا

500 غرام من السميد الغليظ المفتول في
500 غرام من الطحين الرقيق المغربل
(انظر الطريقة) أو :
1 كيلو كسكس معلب
دجاجة أو كيلو من لحم كتف
الغنم أو من لحم ساق العجل
500 غرام من الزبيب من دون بزر
ملء كاس ماء من الحمص المنقوع
في الماء منذ البارحة

1 كيلوغرام ونصف من البصل
ملء ملعقة حساء من الإبزار
1/2 ملعقة قهوة من الزعفران الحر
المدقوق (إن أمكن ، وهو الأفضل)
150 غرام من الزبدة في المرق
100 غرام من الزبدة لدهن
الكسكس عند نضجه
5 ليترات من الماء
ملح

يصب في القدر 5 ليترات من الماء، ويزاد فيه بصلتان مُقطعتين. والحمص. والدجاج. أو اللحم مقطعا. ثم الملح. والإبزار. والزعفران. والزبدة أو السمن بحسب الذوق. تُوضع القدر على النار وتُترك حتى تغلي. يُملأ الكسكاس بالكسكس « المفتول ». ويُنصب على القدر الغليان. تُقفل القدر بالقفّال (شريط قماش مغموس في عجينة رَخْوة من الطحين والماء) حتى لا يخرج البخار إلاّ من أعلى. وحينما يبدأ البخار يخرج من الكسكس. يُترك على هذه الحال مدة نصف ساعة لينضج وحينئذ يرفع الكسكاس من فوق القدر ويصب في القصعة. ثم يُفرْك بالمغرفة في خفة من أجل أن تفصل الحبات عن بعضها. يترك حتى يبرد. فيرش بالماء البارد. يُهوَى الكسكس. وتُكَرر نفس العملية الى أن تَتشبّع الحبات المنتفخة بالماء. يترك ليرتاح. ولتَتَشَرب حباته الماء جيدا. يُخرج الدجاج أو اللحم من القدر إذا نضج. يُتذوق المرق للتأكد من أنه أخذ نصيبه من الملح والتوابل. وقبل تقديم الطعام بنصف ساعة. يُقطع البصل قطعا غليظة. ويُلقى في القدر التي بقيت على النار. ثم يزاد الزبيب المنقى والمغسول. ويترك حتى يغلي. وعندئذ يُملأ الكسكاس بالكسكس. ويوضع على القدر ويقفل بالقفّال.

حينما يخرج البخار من الكسكس، يُرفع الكسكاس من فوق القدر، ويُصب في القصعة، ثم يُدهن بالزبدة ويُخلط خَلْطا جيدا، ثم يُسْقى بالمرق ويُحرك حتى يَرْتوي.
يُوضع الكسكس عندئذ في صحن كبير مستدير، يُقبب ويجوف وسطه، ويُوضع فيه الدجاج أو اللحم، والحمص والزبيب والبصل. يُقدم الطعام فورا، مع زليفات مرق على حدة للذين يُوثِرون الكسكس المسقي جيدا.

الكسكس « قدرة » بالبصل والعسل

المقادير لـ 8 إلى 10 أشخاص
500 غرام من السميد الغليظ المفتول في
500 غرام من الطحين الرقيق المغربل
(أنظر الطريقة) أو :
1 علبة كسكس من وزن كيلوغرام
دجاجة أو كيلو لحم من كتف الخروف
أو من ساق العجل
ملء ملعقة قهوة من الإبزار
1/2 ملعقة قهوة من الزعفران
(الزعفران الحر المدقوق على الأفضل)
100 غرام من الزبدة للمرق
100 غرام من الزبدة لدهن
الكسكس حين نضجه
100 غرام من الزبدة لتلوين
البصل بعد سلقه
3 كيلو من البصل
عود قرفة
ملء ملعقة قهوة من القرفة المدقوقة
ملء كأس ماء من العسل
5 ليترات من الماء
ملح

يصب في القدر 5 ليترات من الماء، ثم الملح والإبزار، ويزاد فيه الزعفران وعود القرفة، والدجاج أو اللحم مُقَطعا، ثم البصلتان مقطوعتين شرائح رقيقة، و 100 غرام من الزبدة. تترك القدر على النار حتى تغلي. يُمْلأ الكسكاس بالكسكس « المفتول » وينصب على القدر الغليان التي تُقفل بالقفّال (وهو شريط قماش مغموس في عجينة رَخْوة من الطحين والماء) لِكَيْ لا يخرج البخار إلاّ من أعلى. وحينما يبدأ البخار يخرج من الكسكس، يترك على هذه الحال مدة نصف ساعة لينضج. وعندئذ يُرفع الكسكاس من فوق القدر ويُصب في القصعة، ثم يُفْرك فَرْكا خفيفا بالمغرفة من أجل فَصْل الحبات عن بعضها. يترك حتى يَبرد، فيُرش بالماء البارد، ويُهوّى ثم يُرش من جديد إلى أن تَتَشبع حباته المنتفخة بالماء. يُتْرك ليرتاح، ولتَتَشَرب حباته الماء جيدا. يُتذوق المرق للتأكد من أنه أخذ حقه من الملح والتوابل. وإذا نضج الدجاج أُخرج من القدر، وفي هذا الوقت، يُقطع البصل على شكل دوائر، ويُسْلق على حدة، ويُصفى من مائه ؛ ثم يُلون جيدا في 100 غرام من الزبدة حتى يَتّخذَ لونا ذهبيا. يزاد فيه ملء ملعقة قهوة من مَسحوق القرفة، والعسل، وقَبْضة من ملح. يُخلط الكل في المقلاة مدة 5 دقائق، ثم يرفع عن النار، ويُحتفظ به. وقبل تقديم الطعام بنصف ساعة، توضع قدر المرق من جديد على النار، وتتْرك حتى تغلي. يُعاد وضع الكسكس في الكسكاس الذي ينصب على القدر، ويُقفل بالقفّال. عندما يخرج البخار من الكسكس، يُرفع من فوق القدر، ويُصَب في القصعة، تُزاد فيه الزبدة، ثم يُخلط جيدا، ويُسقى بالمرق، ويُحَرك حتى يَرْتوي. يوضع الكسكس عندئذ في صحن كبير مستدير، ثم يُقبب ويجوف وسطه، ويوضع فيه الدجاج أو اللحم، وفوقه البصل المُلون المعسّل المسخّن. يُقدم الطعام فورا مع زُليفات مرق على حدة للذين يَسْتَلِذّون الكسكس المسقي جدا.

الكسكس « البيضاوي » بسبع خضر

المقادير لـ 10 أشخاص

500 غرام من السميد الغليظ المفتول
في 500 غرام من الطحين الرقيق المغربل
(انظر الطريقة)
أو : 1 كيلو غرام من الكسكس المعلب
1 كيلو غرام من اللحم
(ساق العجل أو كتف الخروف)
1 كرنب أبيض متوسط الحجم
1 كيلو غرام من البصل
4 أو 5 طماطم
500 غرام من القرع الأحمر
250 غرام من اللفت

250 غرام من الباذنجان
500 غرام من الجزر
2 من الفليفلات الحريفة
حفنة من الكسبرة المفرومة
150 غرام من الزبدة للمرق
150 غرام من الزبدة لدهن
الكسكس عندما ينضج
1/2 ملعقة قهوة من الزعفران
(الزعفران الحر المدقوق على الأفضل)
ملء ملعقة حساء من الإبزار
6 ليترات من الماء
ملح

توضع في القدر قطع اللحم، والبصل المقطوع إلى شرائح رقيقة، والكرنب المقطع، و 150 غرام من الزبدة، والإبزار والملح. يُصب على الجميع 6 ليترات من الماء، وتُترك القدر على النار إلى أن تغلي. يوضع الكسكس « المفتول » في الكسكاس وينصب على القدر الغليان. ثم يُقفل بالقفّال حتى لا يَخْرج البخار من فم القدر. وحينما يبدأ البخار في الخروج من الكسكس. يُترك على هذه الحال مدة نصف ساعة لينضج. يُرفع حينئذ الكسكاس من فوق القدر، ويُصب في القصعة، ثم يفرْك بالمغرفة فَرْكا خفيفا لكَيْ تَنْفصل الحبات عن بعضها. يُترك حتى تبرد، فيرش بالماء البارد. يُهَوَى، ويُرش بالماء إلى أن تَتشبع الحبات المنتفخة ماء. يُترك ليرتاح، ولتَتشرب الماء جيدا. وفي نفس الوقت، أيْ ساعة كاملة قبل تقديم الطعام. يوضع في القدر، التي بقيت على النار ، الطماطم، والباذنجان غير المقشور المقطع على أربع، والبصل، والجزر واللفت المقشور والمقطع على أربع. والفلفل الحريف، والكسبرة المفرومة. يُطهى، على حدة في قليل من المرق، القرع المقطع على أربع. يتذوق المرق للتأكد من أنه أخذ حقه من الملح والتوابل. وقبل تقديم الطعام بنصف ساعة، يعاد وضع الكسكس. في الكسكاس ويُنصب مرة أخرى على القدر الغليان، ثم يُقفل بالقفّال من جديد. وعندما يصعد البخار من الكسكس يؤخذ الكسكاس من فوق القدر، ويصب في القصعة. يُدهن الكسكس بالزبدة، ويُخْلط خَلْطا جيدا، ثم يسقى بالمرق، ويحَرك حتى يرتوي تماما. يُوضع الكسكس عندئذ في صحن كبير مستدير، وَيُقَبب وَيجوف وسطه، حيث يُوضع اللحم والخضر. يقدم الطعام على الفور، مع زُليفات مرق على حدة للذين يُحَبِّذون الكسكس المسقي جدا.

الكسكس بالعظام اليابسة والسبع خُضر

تُنْقع العظام اليابسة في الماء وتُغسل جيدا (انظر طريقة إعداد العظام اليابسة في الصفحة 56). يُعْمَل الكسكس بالعظام اليابسة كما يُعمل الكسكس بالخليع، مع تعويض الخليع بـ 7 أو 8 عظام يابسة، و 100 غرام من الزبدة. لا يُملّح المرق حتى يغلي، وعندئذ يُتذوق لمعرفة ما إذا كان في حاجة إلى مزيد من الملح. تترك العظام لتطبخ طوال مدة طهي الكسكس.

حشوة الكسكس (لِحَشْو الفراخ، والدجاج، واللحم)

500 غرام من السميد الغليظ، « المفتول »
فتلا رقيقا في 250 غرام من الطحين
(انظر الطريقة)
أو علبة كيلو غرام من الكسكس
ملء كأس شاي من ماء الزهر
ملء 3 كؤوس ماء من مسحوق السكر

500 غرام من الزبيب بدون بزر
300 غرام من السمن الذائب
ملء ملعقتي حساء حتى
الشفة من القرفة المدقوقة
400 غرام من اللوز

توضع في القدر 4 أو 5 ليترات من الماء، وتترك حتى تغلي. يدهن الكسكس المفتول فتلا جيدا بملعقة من زيت، ثم يوضع في الكسكاس، ويُنْصب على القدر الغليان. وعندما يبدأ البخار في التصاعد من الكسكس، يُرفع من فوق القدر ويُصب في القصعة (في حالة استعمال الكسكس المعلب، يُترك ليطهى مدة نصف ساعة ابتداء من الغليان الأول)، ويُفْرك بالمغرفة فَرْكا خفيفا. يُترك حتى يبرد، ويُملح قليلا، ويُرش بملء ملعقتيْ حساء من ماء الزهر، وملء 3 ملاعق حساء من السمن الذائب. ثم يُخلط بملء 5 ملاعق حساء من مسحوق السكر. يُترك مدة 1/4 ساعة ليرتاح، ثم يُنصب الكسكاس المملوء بالكسكس على القدر الغليان. وتتكرر عملية الطهي بالبخار هذه 6 مرات متتابعة. وفي كل مرة، يُزاد في الكسكس نفس المقادير السابقة من السمن الذائب، ومسحوق السكر، وماء الزهر. يُترك الكسكس ليرتاح مدة 1/4 ساعة بين التبخيرة والأخرى. وعند التبخيرة السابعة والأخيرة، يوضع الزبيب المغسول المنقى وسط الكسكس. وعندما ياخذ البخار في التصاعد، يُرْفع الكل عن النار، ويُصب الكسكس والزبيب في القصعة، ثم يُفْرك بالمغرفة فَرْكا خفيفا لتنفصل الحبات عن بعضها يضاف إليه ملء مِلْعقتيْ حساء من القرفة، و 400 غرام من اللوز المقشور، المقلي في الزيت الغليان، والمجروش جرشا غليظا في المهراس.

تَصْلح حشوة الكسكس هذه . لِحَشو الدجاج، والفراخ، واللحم.

الكسكس المدفون

المقادير لـ 10 أشخاص

500 غرام من السميد الغليظ المفتول فتلا رقيقا جدا في :
200 غرام من الطحين الرقيق (انظر الطريقة)
سقط 6 دجاجات (سلبها، وهو الأجنحة والعنق والبطن). أو : 750 غرام
من لحم كتف الخروف، يقطع قطعا صغيرة .
5 بصلات مفرومة
1/2 ملعقة قهوة من الإبزار
مقدار رأس السكين من الزعفران الحر المدقوق
عود قرفة، أو : ملء ملعقة قهوة من القرفة المدقوقة
100 غرام من الزبدة للمرق
100 غرام من الزبدة لدهن الكسكس
ملح

يُطبخ سقط الدجاج، أو اللحم، على حدة في الطاوة (طنجرة)، مع البصل المفروم، والملح والابزار، ويزاد فيه الزعفران والقرفة والزبدة، ويُغطى الجميع بالماء. عندما يَنْضج اللحم، تُترك الطاوة تَتَقلّى حتى يتبخّر ماؤها جميعه، ويبقى المرق المكوّن من الزبدة فقط. تُرفع الطاوة عن النار، ويُحتفظ بها إلى وقت الحاجة.

وفي نفس الوقت، يُطهى الكسكس مرة أولى بالبخار مدة نصف ساعة، كما أُشير إلى ذلك في طهي « السيكوك » يُصب الكسكس في القصعة، ويفرك فركا خفيفا لتنفصل حباته عن بعضها. يُترك حتى يبرد، ويُرش بكأسين كبيرتين من الماء، ويهوّى ثم يترك ليرتاح.

قبل تقديم الطعام بربع ساعة، يُبخر الكسكس مرة ثانية، وحينما يبدأ البخار في التصاعد من أعلى الكسكاس، يُنتظر 5 دقائق قبل صَبّ الكسكس في القصعة. تُفصل الحبات بالمغرفة، وتدهن بـ 100 غرام من الزبدة. يُسخّن سقط الدجاج أو اللحم، ويخلط الكسكس بالمرق. تُوضع فُرشة أولى مُسَطّحة من الكسكس في صحن كبير مستدير، ويُصفف عليها سقط الدجاج أو قطع اللحم، ثم توضع على الجميع فُرشة ثانية مُقَبّبة من الكسكس.

يزين الكسكس بمسحوق القرفة، ويقدم مصحوبا بمسحوق السكر، وزُلَيفات من الحليب الطري غير المغلى.

البلبولة (كسكس من سميد الشعير الغليظ)

تُعمل البلبولة كما يُعمل كسكس السبع خضر بالخليع أو باللحم، أو كما يعمل الكسكس « قدرة » بالقرع والفول واللفت.

البلبولة لا تُفتل ؛ وإنما يُكتفى بغسل وتمليح الدشيشة (سميد الشعير)، ثم تبخيرها في الكسكاس مرتين، في كل مرة نصف ساعة. لا تنسوا أن ترشوا البلبولة بالماء بعد التبخيرة الأولى.

يستعمل كيلو واحد من الدشيشة، مع اعتبار المقادير الواردة في وصفات الكسكس الآنفة الذكر.

الكسكس « بدّاز » (كسكس من سميد الذرة الرقيق)

مِثْله مِثْل البلبولة، يُعمل على غِرار كسكس السبع خضر بالخليع أو باللحم، أو على غِرار الكسكس « قدرة » بالقرع والفول واللفت.

يوضع في القصعة كيلو واحد من سميد الذرة، ويدهن بملء ملعقتي حساء من الزيت، ويزاد ملء ملعقة قهوة من الملح.

يرش هذا السميد قليلا قليلا بملء كاس ماء، ويفتل براحتي اليدين.

يملأ الكسكاس بالكسكس، وينصب فوق القدر الغليان، ويطهى مدة ساعة كاملة، ثم يوضع في القصعة، فيفرك حتى تنفصل حباته، ويرش بالماء، ويترك ليبرد. يعاد تبخيره مرة ثانية مدة ربع ساعة.

وعندئذ يسقى بالمرق حتى يَرْتوي، ثم يدهن بالزبدة ويقدم. يسوّى هذا الكسكس كما سوّي الكسكس السابق وصفه.

الشعرية « المدفونة »

المقادير لـ 10 أشخاص

1 كيلو غرام من الشعرية

يطبخ سقط الدجاج أو اللحم كما ذُكِر في وصفة الكسكس « المدفون »، ويحتفظ بالطبيخ لوقت الحاجة.

ومن جهة أخرى، توضع الشعرية في الكسكاس قبل تقديم الطعام بنصف ساعة. ينصب الكسكاس على القدر الغليان، وعندما يتصاعد البخار، يرفع الكسكاس عن القدر، وتُصبّ الشعرية في القدر المُحْتوية على الماء المالح. يترك ليطبخ ويُحرك في استمرار. ترفع القدر عن النار، وتُصفّى الشعرية في الكسكاس، ثم تُغسل بالماء البارد. تُبخّر الشعرية مرة ثانية في الكسكاس المنصوب على قدر تحتوي على الماء الغليان. يرفع الكسكاس عندما يبدأ البخار في التصاعد.

تصب الشعرية في القصعة، وتُخْلط بـ 100 غرام من الزبدة، وبمرق سقط الدجاج أو مرق اللحم بعد تسخينه.

توضع فُرشة أولى مسطحة من الشعرية في صحن كبير مستدير، وتصفف عليها قطع اللحم أو سقط الدجاج، ثم توضع على الجميع فُرشة ثانية مُقببة من الشعرية.

تزيّن الشعرية بمسحوق القرفة، وتقدم مصحوبة بمسحوق السكر، وزليفات من الحليب الطري غير المغلى.

الحســاء

الحريرة هي الحساء الوطني في المغرب ؛ فطوال أيام شهر رمضان المعظم، تُعد كل أسرة مغربية هذا النوع من الحساء الطيب اللذيذ، الذي يملأ فَوَحانه العطر دروب وأزقة المدن والقرى قُبيل أذان المغرب. تُشرب الحريرة مع التمر، أو التين اليابس، والحلواء المعسولة : « گريوش »، « البريوات المحشوة باللوز »، « الزلابية ».

الحريرة التقليدية بالعدس

المقادير لـ 12 شخصا. زمن الطهي : ساعتان ونصف
تهيأ في مرحلتين : أولا : المرقة ـ ثانيا : التدويرة

أولا : المرقة (طبخ التقاطيع)، في مدة ساعة ونصف تقريبا

250 غرام من لحم الخروف أو من لحم العجل، مقطعا مثل قطع « كباب »
3 أو 4 عظام، عليها بقية من لحم
500 غرام من البصل الصغير غير المقطع
نصف ملعقة قهوة من الزعفران (مزيج من الزعفران الحر، والزعفران العادي)
ملء ملعقة قهوة من الإبزار
مقدار جوزة من الزبدة
250 غرام من العدس
ملح
ليتر ونصف من الماء للمرقة

يُطبخ العدس في الماء والملح. ثم نُصفى من مائه، ويُسكب عليه عصير ليمونة حامضة (لكي لا يتغير لونه)، ثم يُحفظ.
يُطبخ اللحم والتوابل والبصيلات بكاملها مع الزبدة في طنجرة مغطاة، وتُترك على نار هادئة ليتِمّ إنضاجها في تمهّل. وبعد غليان الطنجرة، تخرج البصيلات الناضجة، التي ينبغي أن تبقى صحيحة، ولا تذوب في المرقة.
وبعد ساعة تقريبا، تخرج تقاطيع اللحم من الطنجرة بعد التأكد من نُضجها، ثم يُوضع العدس والبصيلات في الطنجرة التي بقيت على النار.

ثانيا : التدويرة ـ زمن الطهي : ساعة واحدة تقريبا.

باقة كسبرة
باقة بقدونس
1 كيلو ونصف من الطماطم المطحونة، أو علبة صغيرة من مُصاص الطماطم،
المحلولة في ليتر واحد من الماء
ليتران ونصف من الماء
ملء ثلاثة أرباع كاس شاي من عصير الليمون الحامض
مقدار جوزة من الزبدة
200 غرام من الطحين
ملـح

يُغْلى الماء في القدر، مع الطماطم المطحون، أو مع المُصاص الممزوج بالماء ؛ تزاد فيه قطعة الزبدة. ثم يترك لِتغلي مدة ربع ساعة، وتضاف إليه مرقة التقاطيع، بعد أن تصفى من اللحم والعدس والبصل... الذي يبقى في قعر الطنجرة. ترفع القدر عن النار. يُحَلل الطحين في ليتر من الماء، ويُصب قليلا قليلا في القدر، مع تَحْريكه تحريكا سريعا لكي لا يَتَحبَب. توضع القدر على النار من جديد، وتحرك بالمغرفة في تُؤَدة وباستمرار إلى أن تغلي.

يُفرم البقدونس والكسبرة فرما دقيقا جدا، ويغسل ، ثم يدق في المهراس مع قليل من الملح (من الممكن أن يطحن في الآلة المازجة = ميكسير)، ويخلط بالماء، ثم يرمى في القدر مع تحريكها. تصب التقاطيع والعدس والبصل ... في القدر. ثم تتذوق للتحقق من أن الطبيخ قد أخذ حقه من الملح والتوابل. ترفع القدر عن النار عندما يسخن الحساء جيدا.

ينبغي أن تكون الحريرة مُرَكّزة دسمة، ولكنها غير ثخينة.

ملحوظة : من الممكن أن يُعوض اللحم بسقط 3 أو 4 من الدجاج .

الحريرة بالحمص

المقادير لـ 12 شخصا.

ملء كأسي (2) شاي حتى الشفة من الحمص المنقوع في الماء منذ البارحة، والمقشور منذ الصباح
نصف كاس شاي من الرز المطبوخ في الماء والملح على حدة

نفس طريقة طهي الحريرة بالعدس، مع تعويض العدس بالحمص المطبوخ مباشرة في المرقة. يزاد الرز عندما ينضج الحساء.

الحريرة بالحمص والفول اليابس المقشور

المقادير لـ 12 شخصا.

ملء كأس شاي من الحمص المنقوع في الماء منذ البارحة، والمقشور في الصباح
ملء كأس شاي من الفول اليابس
نصف كاس شاي من الرز المطبوخ في الماء والملح

تطهى هذه الحريرة على نفس طريقة طَهي الحريرة بالعدس. يطبخ الفول والحمص مباشرة في المرق.
يمكن تعويض الرز بحفنة من الشعرية تُرمى في المرقة في آخر وقت.

الحريرة البيضاوية

المقادير لـ 12 شخصا. زمن الطهي : ساعتان ونصف
تُعد في مرحلتين. أولا : المرقة : ثانيا : التدويرة

---

1) المرقة (التقاطيع) - زمن الطهي : ساعة ونصف تقريبا.

4 ليترات من الماء
زُلَيفة واحدة من الحمص المنقوع في الماء
منذ البارحة والمقشور في الصباح
250 غرام من لحم الخروف، أو من لحم
البقر مُقطعا على غرار « كباب »
قلب كرفس مفروما فرما دقيقا
باقة كسبرة مفرومة
1/2 ملعقة قهوة من القرفة
مقدار جوزة من الزبدة
3 أو 4 عظام عليها أثَارَة من لحم
باقة صغيرة من البقدونس المفروم
4 بصليات صحيحة
1 كيلو من الطماطم المطحونة
1/2 1 ملعقة قهوة من الزعفران
(مزيج من الزعفران العادي
والزعفران الحر)
ملء ملعقة قهوة من الإبزار
ملـح
بصلة واحدة مفرومة

تُطبخ هذه المواد جميعها في طنجرة مُغطاة. يُنقص من النار عند غليان الطنجرة، وتُترك لتنضج على مَهْل فوق نار هادئة. تُخرج البصيلات لِكَيْ لا تذوب. وبعد 50 أو 60 دقيقة، يُتأكد من نُضْج اللحم، وعندئذ تُرفع الطنجرة من فوق النار.

---

2) التدويرة : زمن الطهي. ساعة واحدة تقريبا

1 كيلو غرام من الطماطم مقطوعة إلى أربع،
ومطحونة في مطحنة الخضر
باقة من الكسبرة
عصير ثلاث ليمونات حامضة
بيضة واحدة صحيحة
1/2 كاس شاي من الشعرية
1/2 كاس شاي من الأُطرية (شعرية طويلة مثل الخيوط)
200 غرام من الطحين
ملـح

يُوضع الطماطم المطحون في القدر، ويصب عليه مرقة التقاطيع، ويترك في قعر الطنجرة اللحم، والحمص، والبصل... يترك مرق الطماطم يَغْلي ربع ساعة. تُرفع القدر عن النار بضع دقائق. يُحَلّل الطحين في الماء ويصب في المرق قليلا قليلا، ويحرك في سرعة لِكي لا يَتحبّب العجين. تُوضع القدر على النار من جديد، وتُحرك في تُؤدَة وباستمرار. وعند الغليان، تزاد الأطرية والشعرية في القدر : تترك لِتغلي، ثم ينقص من النار.

ومن جهة أخرى، تقص ذيول الكسبرة، وتغسل، وتُدَق في المهراس، مع الملح الكافي، ثم ترمى في القدر، وتحرك بالمغرفة على مَهل. يضاف إلى ذلك عصير الليمون الحامض، وطَبيخ اللحم، والحمص، والبصل... (أي طَبيخ التدويرة)، والبيضة المخْفوقة. تُحرك القدر، وتُتذوق الحريرة لِكَيْ يتأكد من أنها أخذت حَظّها من الملح والتوابل. ثم تُترك حتى تَغلي، وترفع عن النار.

ملحوظة : يُمكن أن تُعمل هذه الحريرة من الحمص والفول، أو من العدس، أو من هذه القطاني الثلاثة جميعها. إنها أكثر ثخونة من الحريرة التقليدية.

الحريرة المراكشية (من دون لحم)

المقادير لـ 8 أشخاص - زمن الطهي : ساعة واحدة

- **3 ليترات من الماء**
- **ملء كأس ماء من الفول اليابس المقشور**
- **ملء ملعقة حساء من إدام الخليع، أو ملء ملعقة حساء من الزيت**
- **150 غرام من الطحين**
- **نصف كأس شاي من الرز المطبوخ على حدة في الماء والملح**
- **ملء ملعقة حساء حتى الشفة من مسحوق الفلفل الحلو**
- **قَبْصة من مسحوق الفلفل الحريف (اختياري)**
- **باقة صغيرة من الكسبرة**
- **ملـح**

يغسل الفول، ويوضع في القدر مع إدام الخليع، أو الزيت، ومسحوق الفلفل الحلو، يُزاد فيه الماء. تغطى القدر، وتترك على النار حتى تَغْلي.

عندما يُقارب الفول النضج، يُحلل الطحين في قليل من الماء، ويُصفّى في مصفاة رقيقة، ثم يُصب شيئا فشيئا في القدر التي رُفعت عن النار، مع التحريك سريعا وفي استمرار، لِكَيْ لا يَتحبَّب العجين. تترك القدر لتغلي، فيُنقص من النار. وبعد عشر دقائق تقريبا، يزاد الرز الذي طُبخ على حدة في الماء والملح، والكسبرة المدقوقة مع قليل من الملح (يمكن دق الكسبرة في المهراس، أو طحنها في الآلة المازجة - مكسير).

يترك الطبيخ ليغلي، ويتذوق الملح، ثم تُرفع القدر عن النار. ينبغي أن تكون هذه الحريرة في مثل تركيز الحريرة التقليدية. من الممكن أن يَتشَرب الفول الماء، وفي هذه الحالة، يُزاد منه المقدار المناسب.

الحريرة بالكرويا

المقادير لـ 8 أشخاص - زمن الاعداد والانضاج : 60 دقيقة

- **3 ليترات من الماء**
- **ملء ملعقتيْ حساء من الكرويا المنقاة والمدقوقة**
- **150 غرام من الطحين**
- **باقة نعنع (6 أو 7 غصينات)**
- **نصف كأس شاي من عصير الليمون الحامض**
- **3 أو 4 حبات من الصمغ العربي (المسكة) مدقوقة مع الكرويا**
- **ملـح**

يُغلَى الماء في القدر، ويُحلل الطحين في الماء، ويُصَفى في مصفاة رقيقة، ثم يُصب شيئا فشيئا في ماء القدر الساخن قبل الغليان، مع التحريك سريعا وفي استمرار. تُترك القدر تغلي مع الاستمرار في التحريك بمهل. تُقص ذيول النعنع الذي يُدق في المهراس دقا شديدا، مع الملح المناسب، ثم يُحَلل في قليل من الماء، ويُسْكب في القدر. تُضاف الكرويا والصمغ (المسكة) المنقوع في الماء. يُترك الطبيخ ليغلي مع التحريك بخفة ولطف. فإذا حدث أن تَحبَّب العجين، رُفع الطبيخ عن النار، وصُفّيَ في مصفاة رقيقة. تُسخن الحريرة ويُزاد فيها عصير الليمون الحامض قبل تقديم الطعام.

ينبغي أن تكون هذه الحريرة مركزة دسمة، ولكنها غير ثخينة. تصحب هذه الحريرةُ عادة رؤوسَ الغنم المبخرة

حساء الخضر المقطعة قَرْمات صغيرة

المقادير لـ 8 إلى 10 أشخاص ـ زمن الاعداد : ساعة واحدة. زمن الطهي : ساعة تقريبا.

ليتران (2) ونصف من الماء
250 غرام من تقاطيع اللحم
2 أو 3 عظيمات خروف عليها أثَارَة من لحم
250 غرام من الجزر
لفتتان (2)
بصلة مقطعة شرائح رقيقة
4 أو 5 بصيلات صحيحة
250 غرام من البطاطا
كراثة واحدة
غُصَين كرفس
3 أو 4 غُصينات كسبرة مفرومة
كيلو واحد من الطماطم المطحونة
ملء ملعقة قهوة من الإبزار
ملء ملعقة مُخا من خليط الزعفران الحر والزعفران العادي
مقدار جوزة من الزبدة
ملح

تُقطع الخضر قَرْمات صغيرة : الجزر، اللفت ، الكرفس، الكراث ـ كما تقطع سلاطة الخضر (مقدونية). تُغسل قرمات الخضر، ويُلقى بها في القدر، مع تقاطيع اللحم والعظيمات. تُزاد التوابل : الإبزار، الملح، الزعفران، ثم تُضاف الزبدة. ويُغطى الجميع بليترين من الماء. تُغطى القدر وتُترك لِتغلي ولتطبخ مدة ساعة تقريبا ، وحينئذ تُزاد فيها قرمات البطاطا، والطماطم المطحون، والكسبرة المفرومة. عندما تنضج البطاطا، تُرمى الشعرية في القدر حُفَينات لكي لا تتعجن. وتُترك على النار لِيرتَعِش الطبيخ بضع دقائق. يُتذوق الملح والتوابل، ثم يُرفع عن النار.

حساء دشيشة القمح (القمح المجروش)

المقادير لـ 10 أشخاص ـ زمن الطهي : من ساعة إلى ساعة وربع

4 ليترات من الماء
ملء زلافة حساء من الدشيشة (= 200 غرام)
ملء ملعقة حساء من مسحوق الفلفل الحلو
قَبْصة من الفلفل السوداني (فلفل حريف، يابس ومدقوق)
ملء كاس شاي من الفول اليابس المقشور (= 150 غرام)
باقة كسبرة مغسولة ومدقوقة مع الملح المناسب
قطعة خليع من 100 غرام تقريبا تقطع قرمات (انظر طريقة إعداد الخليع الصفحة 12)

يُغلى الماء في القدر، ويُغسل القمح المجروش في مصفاة، ثم يُرمى في القدر.
يُزاد فيه الفلفل الحلو، والفلفل السوداني الحريف، وقرمات الخليع.
يُزاد الفول بعد نصف ساعة من الغليان. وعندما يَنضج الفول، تُزاد الكسبرة المدقوقة مع الملح، ويُترك الطبيخ ليغلي. يتذوق الحساء، ثم تُرفع القدر عن النار.

حساء السميد بالنافع (الأنيسون) .

يؤكل مع التمر

المقادير لـ 8 أشخاص. زمن الطهي : 45 دقيقة تقريبا

- ليتران اثنان من الماء الساخن
- مقدار ثلاثة أرباع زلافة من السميد الغليظ
- 1/2 ملعقة قهوة من الإبزار
- قبصة كبيرة من الزعفران
- مقدار جوزة من الزبدة
- ملء ملعقتي قهوة من النافع المدقوق
- ملـح

يصب السميد في الماء الساخن غير الغليان. يُوضع القدر على النار، ويُلقى فيه الإبزار. يُضاف الزعفران والزبدة. يحرك الطبيخ في أناة. يُترك يغلي مع تحريكه من حين لآخر. تطبخ القدر على نار هادئة مدة نصف ساعة تقريبا. عندما يَنضج السميد ويصير رَخْوا منتفخا، يُزاد فيه النافع المطلوق في قليل من الماء. يُحرك الطبيخ وتُرفع القدر عن النار. إذا شرب السميد أكثر من الماء المقدّر له، زيد فيه ما يكفي من الماء.

الشعرية مرقة

المقادير لـ 10 أشخاص

زمن الإعداد والطهي : ساعة ونصف

- 500 غرام من لحم الخروف المقطع قطعا صغيرة
- 5 أو 6 عظيمات خروف عليها بعض اللحم
- 5 بصلات مقطعة شرائح
- ملء ملعقة قهوة من الإبزار
- ملء ملعقة مُوخا من خليط الزعفران الحر والزعفران العادي
- مقدار جوزة من الزبدة
- 1/2 كأس شاي من الزيت
- 500 غرام من الشعرية
- 4 من الطماطم (اختياري)
- ملـح

يوضع في الطنجرة اللحم وشرائحُ البصل الرقيقة والعظيمات والطماطم المقشور المقطع على أربع ؛ يزاد جوزة الزبدة. والزيت، والإبزار، والملح، والزعفران. يُغطى الجميع بليترين من الماء تقريبا، ويُترك ليَرْتَعِش على نار هادئة مدة ساعة على التقريب. تُرفع القدر عن النار، وقبل عشرين دقيقة من تقديم الطعام، تُصب ثلاثة أرباع المرقة - من دون التقاطيع - في قدر أخرى. يُضاف إلى هذه المرقة ليتر ماء، وجوزة زبدة وتُوضع على النار لتغلي. تطهى مدة خمس دقائق ثم ترفع عن النار.

ستشرب الشعرية، مبدئيا، الماء كله . تُصب عندئذ الشعرية في صحن كبير، وتُصَفف فوقها التقاطيع المسخّنة. يُقدم الطعام فورا.

الرزّ مرقة

المقادير لـ 10 أشخاص.
نفس طريقة الإعداد، ونفس المقادير الموصوفة في الشعرية مرقة.
يُترك الرزّ ليطبخ حتى ينتفخ (25 إلى 30 دقيقة على التقريب). يقدم الطعام على نفس طريقة الشعرية مرقة.

الشوربة بالمحمصة (كسكس مفتول فتلا غليظا جدا)

المقادير لـ 10 أشخاص. زمن الإعداد والطهي : 2 ساعتان.
في القديم، كانت المحمصة تُفتل في المنازل ، ثم تُطبخ على البخار في الكسكاس وتجفف في الشمس مدة يومين. واليوم، توجد المحمصة في الأسواق عند البقالين. تُهيأ المحمصة مرقة بنفس طريقة تهيئة الشعرية مرقة.
المحمصة تشرب مقدارا من الماء أكثر، كما ينبغي أن تُطبخ مدة نصف ساعة بخلاف الشعرية.

حساء الملوخية بالخليع

طريقة إعداد مسحوق الملوخية المستعمل في هذا الحساء.
في الصيف، يُقطع كيلو - مثلا - من الملوخية قطعا صغيرة، تُمسح القطع بمنديل ولا تغسل، وتجفف في الشمس مدة عشرة أيام. -يلْزم أن لا تُترك الملوخية في الخارج ليلا اتقاء الرطوبة.
إذا يبست الملوخية جيدا، دُقت دقا شديدا في المهراس، وغُرْبلت في غربال الحرير (شطاطو) يوضع هذا المسحوق في بوقال يُغلق ويُودَع مكانا لا تصله الرطوبة.
يمكن الاحتفاظ بالمسحوق سنة كاملة.

المقادير لـ 8 أشخاص. زمن الطهي : ساعة 1
- 3 ليترات من الماء
- ملء زلافة من الفول اليابس المقشور
- 8 بصيلات صحيحة
- ملء ملعقة حساء من مسحوق الفلفل الأحمر الحلو
- مسحوق الفلفل الأحمر الحريف (بحسب الذوق)
- ملء ملعقة حساء من مسحوق الملوخية
- 2 قطعتان من الخليع (200 غرام تقريبا) - انظر الصفحة 12 -
- ملء ملعقة حساء من إدام الخليع
- ملـح

تُطبخ هذه المواد جميعها مع ليترات الماء الثلاثة في قدر مُغَطاة. يُخرج الخليع من القدر عند الغلية الأولى ويُترك جانبا. تُرفع القدر عن النار عندما يَنْضج الفول والبصل. يتذوق المرق للتحقق من أنه أخذ حظه من الملح والتوابل. ويُقطع الخليع قطعا صغيرة تُزاد في القدر حين تسخين الحساء. يؤكل حساء الملوخية ساخنا جدا مع قطع صغيرة من الخبز البارد تبلل فيه.
إذا شرب الفول حين الطبخ كثيرا من المرق، فأصبح الحساء ثخينا أكثر من اللازم، زِيدَ فيه قليل من الماء.



المقبّــلات

البريــوات

البريوات قطع صغيرة من « الورقة » (ورقة البسطيلة) حشوتها متنوعة ؛ كفتة، رز بالحليب، لوز ... ومن الممكن أن تُحشى البريوات أيضا بالمخ، أو بالمقانق، أو بالسمك حسب الذوق.
تُقلى البريوات في الزيت الغليان حتى تَتخذ لونا ذهبيا شهيا، فتَتهَشّم في الفم في لذة ومتعة.

الأشكال المختلفة لطي البريوات

يمكن طي البريوات على أشكال ثلاثة مختلفة ؛ مستطيلات، أو مثلثات، أو أسطوانية. تعمل الورقة (انظر إعداد الورقة في الصفحة 14) من حجم 15 سنتم على 20 سنتم، ويمكن أن تُقْسَم ورقات البسطيلة الكبيرة على هذا الحجم.

الطي المستطيـل

توضع الورقة على المائدة، وجهها اللامع إلى الأسفل. يوضع ملء ملعقة قهوة من الحشوة في أسفل الورقة على بعد 3 سنتم من الحاشية، تبسط الحشوة. تثنى الورقة طولا من الجهتين على الحشوة. فَنَحْصل على لفافة مستطيلة عرضها 4 سنتم تقريبا. تطوى هذه اللفافة، ثم تُطوى على نفسها في عناية ابتداء من الجهة المحشوة. يُسَطّح هذا الغلاف في خفة بباطن اليد، ثم يترك جانبا، ويُغطى بقماش نظيف في انتظار وقت قَلْيه.

الطي الأسطـواني

نفس طريقة الطي المستطيل، وبعد ثَنْي جانبي الورقة على الحشوة، تُلَف البريوة على نفسها كَلَفّ الزربية. ولا تُسَطح بباطن اليد. تقلى قُبَيْلَ وقت تَقْديمها.

الطي المثلـث

نفس طريقة النوعين السابقين. بعد ثَنْي جانبي الورقة على الحشوة، تُطوى اللفافة، ثم تطوى طيا منحرفا، وتسطح البريوة في خفة بباطن اليد. تُقلى قبيل وقت تقديمها.

حشوة البريوات بالكفتة (الكفتة نوع من اللحم المفروم. انظر الصفحة 93)

المقادير لـ 80 « بريوة »

- **500 غرام من اللحم المفروم**
- **100 غرام من شحم البقر**
- **ورقة من 15 سنتم على 20 سنتم للبريوة الواحدة**
- **6 بيضات**
- **150 غرام من الزبدة**
- **ملء 3 ملاعق من القرفة**

تُعمل الكفتة (انظر فصل الكباب). توضع هذه الكفتة في إناء لِلطهْي، وتنصب على النار مع 150 غرام من الزبدة. تحرك في استمرار بالمِلْوق. وعندما تنضج الكفتة ويتبخر مرقها تماما، تَصب فيها قليلا قليلا الست بيضات مَخْفوقة. يُواصل التحريك مع إضافة ملاعق القرفة الثلاثة. يُحرك الطبيخ مدة دقيقتين أو ثلاث، ثم يُرفع عن النار.

تُطوى البريوات بِحَسب الشروح السالف ذِكرها أعلاه، وتُقلى في الزيت الغليان من الوجْهَين حتى تَتخذ لونا ذهبيا. تُترك لِتقطر منها الزيت. تقدم فورا مصحوبة بمسحوق السكر والقرفة.

« البريوات » بالرزّ

المقادير لـ 60 « بريوة » بالرزّ

- 250 غرام من الرز الصقيل
- 1/2 ليتر من الحليب
- 100 غرام من الزبدة
- نصف ملعقة قهوة من الملح
- ملء 4 ملاعق حساء من مسحوق السكر
- كأس ونصف من الماء
- ملء مِلعقتيْ حساء من ماء الزهر
- ورقة من 15 سنتم على 20 سنتم للبريوة الواحدة
- 75 غرام من اللوز

يغلى الحليب الممزوج بالماء. يغسل الرزّ في عناية ويرمى في الحليب الغليان. تضاف إليه الزبدة والملح. ويترك على النار ليطبخ مدة 15 دقيقة مع تحريكه. ثم يزاد فيه السكر وماء الزهر. ويطبخ بعد ذلك 5 إلى 10 دقائق مع مواصلة التحريك. يُرفع عن النار بينما لا يكون الرز قد نَضِج تماما. يترك لِيبْرد مع تحريكه بين الحين والحين. يقشر اللوز ويقلى، ثم يجْرش غليظا ويخلط بالرز.

عندما يَبرد الرزّ، تُطوى البريوات بِحسب الإرشادات السالف ذكرها أعلاه.

تقلى البريوات من وجهيها في الزيت الغليان. عندما تتخذ لونها الذهبي تترك ليقطر زيتها. ثم تقدم مصحوبة بالسكر الصقيل والقرفة.

« البريوات » بالمخ

المقادير لـ 40 « بريوة »

- **2 مخا بقر**
- **ورقة من 15 سنتم على 20 سنتم للبريوة الواحدة**

ينقى المخان ويُغسلان، ويقلع عنهما الغشاء الذي يغطيهما. يطبخ المخان في المرق المُتبل بالملح، والإبزار، وبباقة من السعتر، والرند، والبقدونس، وبصلة، وجزرة، ولفتة، وكراثة. يطبخ الجميع في قدر مغطاة، مع مرق كثير، مدة ساعتين تقريبا. يرفع المخ عن النار عندما يصير متماسكا. يترك المخ ليقطر ماؤه. ثم يقص شرائح تغمس في البيض المخفوق. تلف الشرائح بالطحين وتقلى في الزيت الغليان. تقطع الشرائح وتترك حتى تبرد. تُوضع هذه الحشوة في الورقة. وتطوى البريوات على النمَط المشروح سالفا. تقلى البريوات في الزيت الغليان. ثم تترك لِيقْطر زيتها.

بريوات بالمَقانِق الحمراء (مركاز)

تُؤخذ مَقانِق حمراء صغيرة (مركاز) مصنوعة من لحم البقر والخروف. تُلَف المقانق كل وحدة في ورقة من 15 سنتم على 20 سنتم. وتُطوى البريوات طيا أسطوانيا على حَجْم المقانق ثم تُقلى في الزيت الغَنين. وتُترك ليَقْطر زيتها. تؤكل هذه البريوات فَوْرَ قَلْيها مصحوبة بمرق حريف.

« الشــريد » فَطائِر محشوة بفراخ الحمام، أو بالدجاج، أو باللحم

المقادير لـ 6 أشخاص

عشرون ورقة (فطائر)

500 غرام من الطحين

عجين الرغايف من دون خميرة (انظر إعداد الرغايف ص 14)

الحشوة :

دجاجة مقطعة قطعا من حَجْم نصف فخذ، أو

4 فراخ حمام صحيحة، تقطع بعد إنضاجها، أو

750 غرام من لحم الخروف (الكتف والضلعة)

تقطع قطعا صغيرة

ملء ملعقة قهوة من الإبزار

قبصة من الزعفران (الأفضل استعمال الزعفران الحر المدقوق)

6 بصلات غليظة مبشورة

100 غرام من الزبدة

عود قرفة

مسحوق السكر ومسحوق القرفة لذرهما على الشريد

الشريد مجموعة فطائر عريضة ورقيقة، تعمل من عجين الرغايف، وتحشى إما بفراخ الحمام، وإما بالدجاج، وإما باللحم.
هذه الفطائر لا تُنضج في المقلاة. في القديم كانت هذه الفطائر تنضج على قدرة الشريد، وهي قدرة من الطين عريضة مستديرة، ومثقوبة من جانبيها ثقبا واسعا، وكان الجمر يوضع في داخل القدرة نفسها، وكانت القدرة تسند مائلة إلى أحجار تُدعّمها. فاذا تَعذّر وجود قدرة الشريد، اسْتُعْمل في بساطة قدر عادية عريضة. توضع هذه القدر مقلوبة على مجمر مستدير مُليءَ جمرا متقدا. تُبسط الفطائر جيدا على ظهر القدر حيث تُنضج.

إعداد فطائر الشريد

تعمل عجينة الرغايف من دون خميرة (انظر طريقة الإعداد. ص 14) تكوّن كُرات عجين من حَجْم المندرينة : من 20 الى 25 كرة على التقريب.
يزيت طرف المائدة أو طرف القصعة حيث توضع كرات العجين. تدهن الكفان بالزيت. وتؤخذ الكرة الأولى. وتمدد طولا وعرضا، وتبسط بالضغط عليها وجَذْبها من أطرافها حتى الحصول على ورقة مربعة من سُمْكِ ورقة كاغد. تؤخذ هذه الورقة من أطرافها الأربعة، (وهي عملية تستلزم شخصين) وتمدد من جديد بِجَذبها في رِفْق قبل بَسْطِها على قدرة الشريد. أو على ظهر القدر المقلوبة (انظر طريقة الإنضاج أعلاه). تنضج الورقة بسرعة من جهتيها معا، ثم توضع، وهي لا تزال رَخْوَة، في صحن. تُمدد الكُرات الأخرى، وتُنضج بالتتابع أولا بأول، وتوضع الواحدة فوق الأخرى في الصحن.

إنضاج الحشوة

توضع الفراخ، أو الدجاج، أو اللحم في الطنجرة. تُملح، ويزاد فيها البصل المبشور، والزبدة، وعود القرفة، والإبزار، والزعفران.
تغطى الطنجرة لِتطبخ، وتحرك بين الحين والحين. يزاد الماء، إذا دعت الحاجة في غُضُون الطهي.

وعندما ينضج اللحم، أو الدجاج، أو الفراخ بحيث يَسْهل قَلْع اللحم بالأصابع، تخرج الحشوة من الطنجرة، وتبقى مرقة البصل على النار لِتتقلّى حتى يظهر إدام الزبدة ويتبخر الماء كله.
توضع عندئذ الفراخ، أو الدجاج، أو اللحم في الطنجرة، وتترك لِتَطبخ مدة دقائق مع تَحْريكها. ثم يرفع الجميع عن النار. عندئذ تُقطع الفراخ إلى قطع.

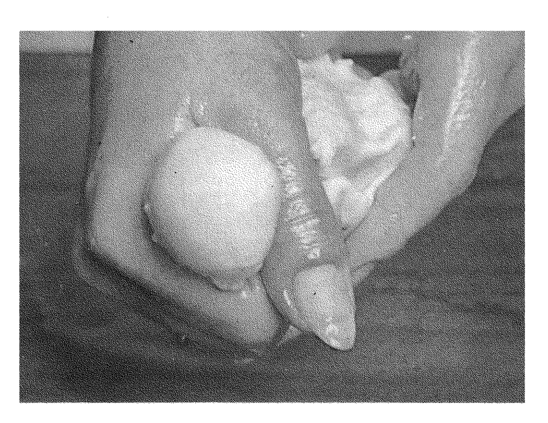
تقديم الثريد :
تُسخّن الحشوة حين وقت تَقْديم الطعام. توضع فُرْشة من الفطائر في صحن مستدير أو في طاجن. وتُرشّ بخليط من مسحوق السكر ومسحوق القرفة. تغطى هذه الفرشة بطبقة أخرى من الفطائر، وتُسْقى بنصف مرقة البصل. تُغطى هذه الطبقة بِفُرشة أخرى من الفطائر، ويُذّر عليها خليط مسحوق السكر والقرفة. تغطى هذه الطبقة أيضا بفُرشة أخرى من الفطائر يبسط فوقها البصل الباقي وقطع اللحم، أو الدجاج، أو الفراخ. ثم يغطى بالفطائر، ويُذّر للمرة الأخيرة مسحوق السكر والقرفة. يُغطى الصحن أو الطاجن، ويُسخّن مدة 10 دقائق في فرن مُعتدل الحرارة. يُقدم الطعام بعد ذلك فورا.

رغايف الفران

زمن الإعداد : 1 ساعة و 1/2
زمن الطهي : 1/2 ساعة تقريبا
المقادير لعشرين رغيفة
- 500 غرام من الطحين (انظر طريقة إعداد عجين الرغايف)
- الحشوة :
- زلافة واحدة من البقدونس المفروم
- 300 غرام من البصل المبشور والمعصور من كل ماء
- 100 غرام من أكريش (ثفل الخليع) - انظر الإعداد في ص. 12
- ملء ملعقة حساء من مسحوق الفلفل الأحمر الحلو
- ملء ملعقة قهوة من الكمون
- نصف ملعقة قهوة من الفلفل الأحمر الحريف المدقوق

تخلط توابل الحشوة، وتعمل عجينة الرغايف حسبما أشير إليه في الصفحة 14.





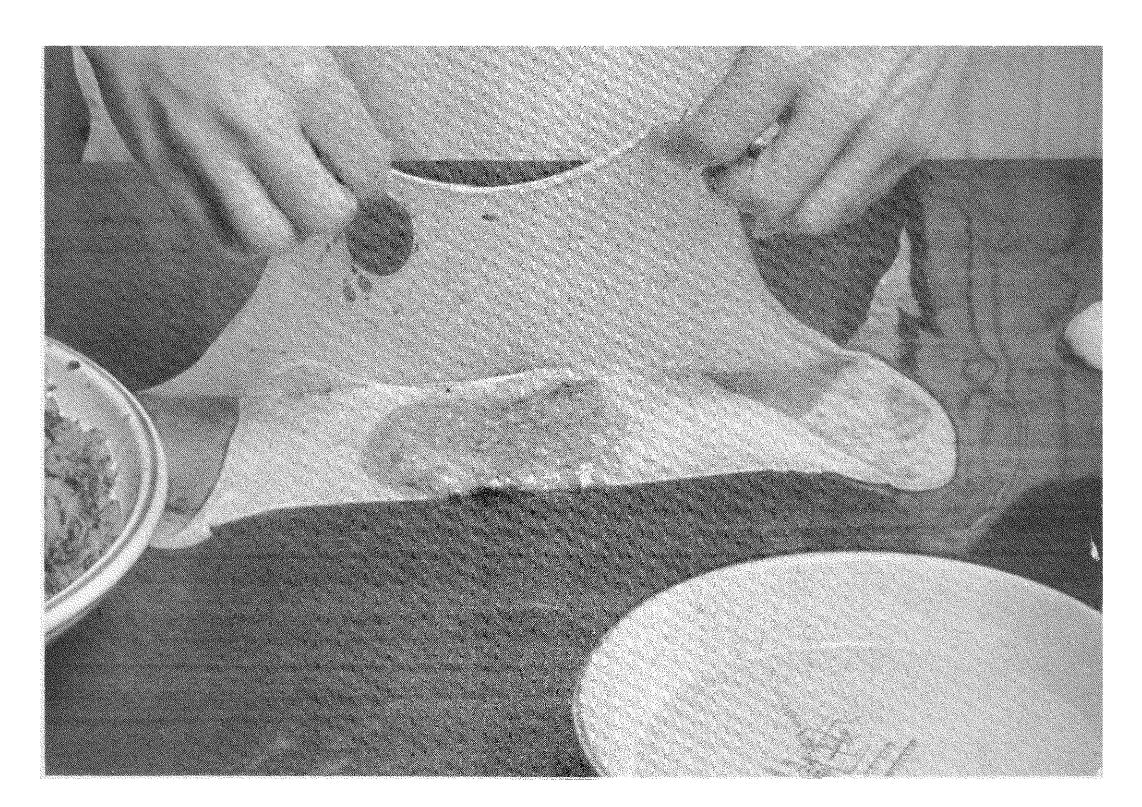
تكوّن 40 كُرة تقريبا من حَجْم المشمشة، وتوضع على مائدة أو قصعة دُهِنت بالزيت دهنا خفيفا.



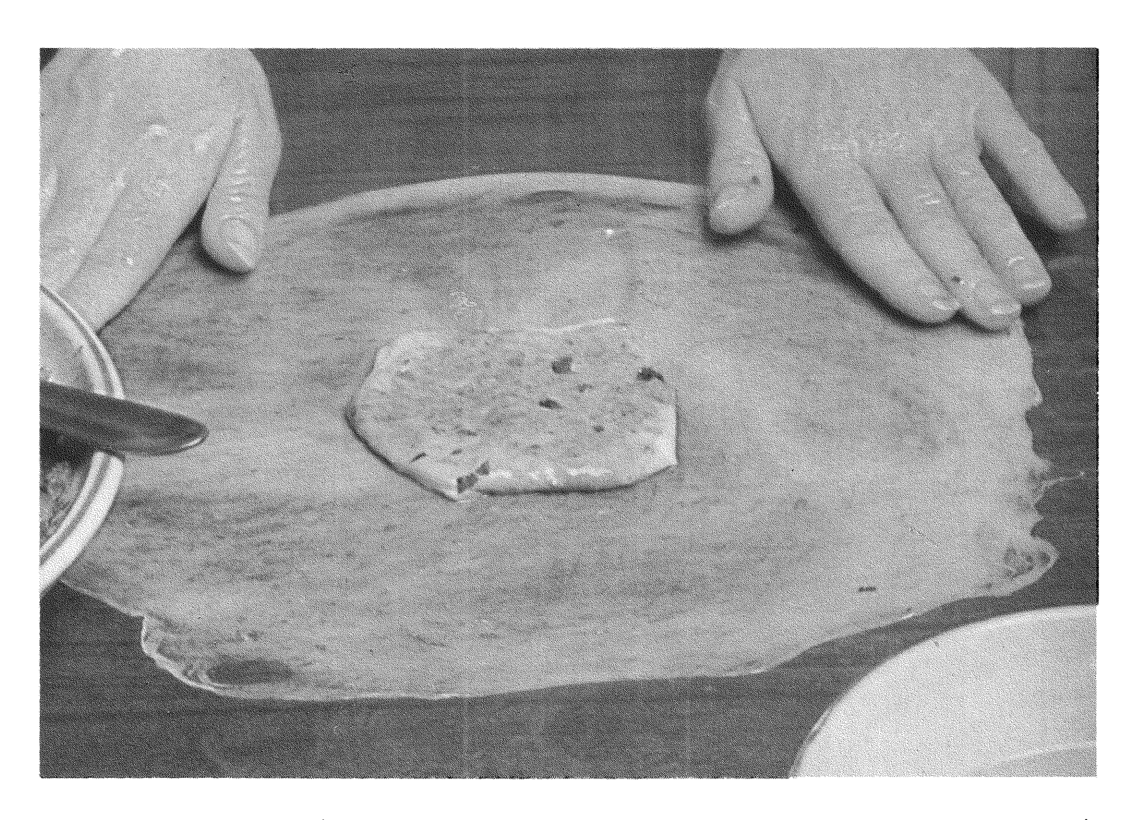
يزيّت طرف المائدة أو طرف القصعة حيث توضع كُرات العجين. تؤخذ الكرة الأولى وتُنْشَر. وتُبْسط بِجَذْبها والضغط عليها بأطراف الأصابع المدهونة بالزيت. تمدد كرة العجين طولا وعرضا حتى الحصول على ورقة مربعة في سُمْك ورقة كاغد.



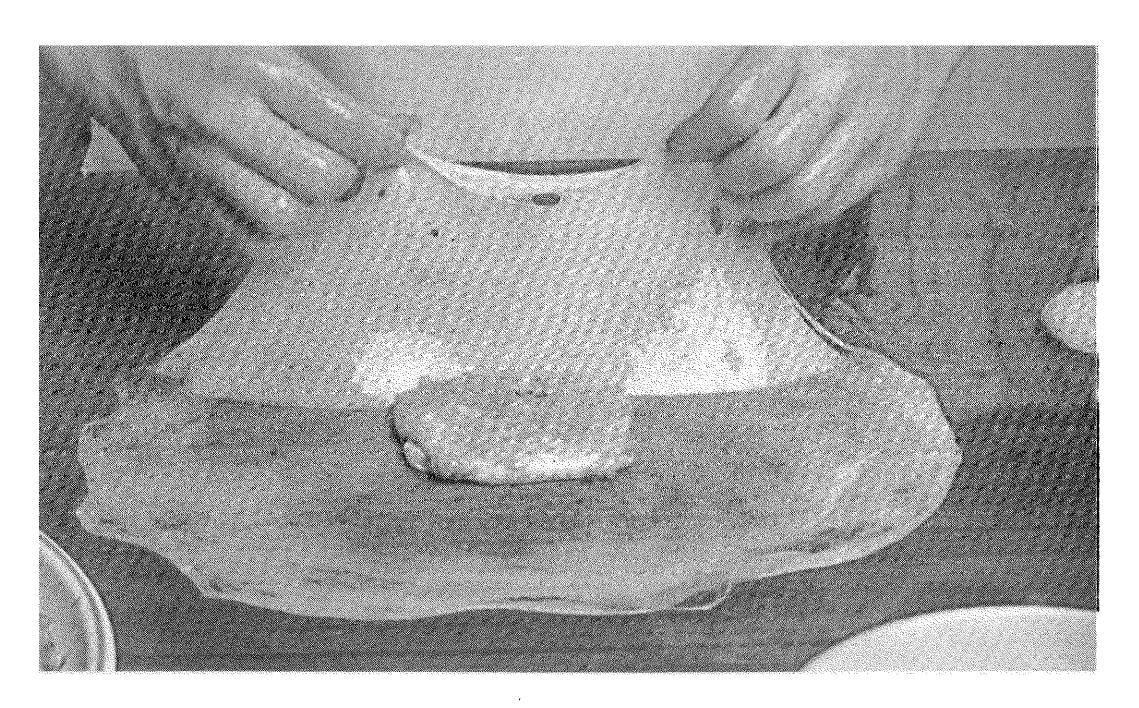
يبسط ملء ملعقة حساء من الحشوة وسط هذه الورقة.



تُطْوى الورقة أولا على ثلاثة بِثَنْي جانب منها على الآخر. ثم يُعاد ثني هذه اللفافة المستطيلة على ثلاثة. ليُسَوَّى منها مُربع ضلعه 8 سنتم تقريبا.

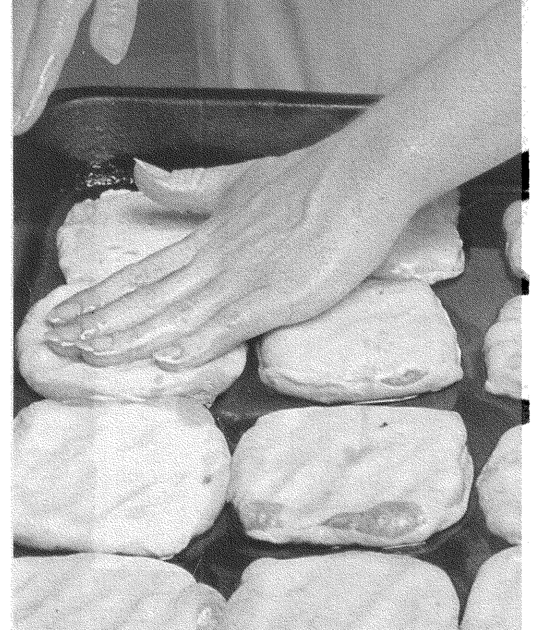


تُمدد كرة عجين أخرى تمديدا رقيقا جدا. يوضع المربع المحشو، جهته الشفافة إلى الأعلى، وسط هذه الورقة.



تْطوى هذه الورقة على الأولى في شكل مربع كذلك





توضع الرغايف في صَفيحة فرن مدهونة بالزيت دهنا خفيفا. تعاد نفس العملية يوَضع المربع المحشو داخل مربع آخر غير محشو إلى أن ينفد العجين. تُصفف الرغايف أولا بأول في صفيحة الفرن المزيتة، مع تَرْك فراغ صغير بين المربع والآخر. تُسطح الرغايف تسطيحا خفيفا، وتُنضج في فرن معتدل الحرارة مدة نصف ساعة تقريبا. تُؤكل الرغايف ساخنة هَشَّة فَوْرَ خروجها من الفرن. ويشرب معها الشاي بالنعنع. إذا سال من الرغايف زيت أثناء الإنضاج، أُزيل هذا الفَيْض من الإدام، قبل أن تَتَشَرَبه الرغايف من جديد. ثم تُرجع الصفيحة إلى الفرن حتى تاخذ الرغايف لونها الذهبي.

أصناف الأُكْلات العائلية

أكلات شهية تطبخ على مَهْل، وتعمل غالبا في الشتاء. هذه الأكلات الاقتصادية اللذيذة تُكوّن جزء مُهما من الطبخ العائلي اليومي.

العدس بالقرع والخليع

المقادير لـ 8 أشخاص

500 غرام من العدس
1 كلغ من القرع الأحمر
بصلتان مقطوعتان شرائح رقيقة
250 غرام من الخليع (انظر الإعداد في الصفحة 12)
ملء ملعقتي حساء من إدام الخليع
ملء ملعقة حساء من الفلفل الأحمر الحلو
فلفل أحمر حريف مدقوق بحسب الذوق، أو 2 أو 3 فسيفلات خضراء حريفة
3 طماطم صغيرة مطحونة
ملح

يوضع البصل والخليع وإدامه، مع الفلفل الحلو والفلفل الحريف المدقوق في الطاوة (الطنجرة). يغطى الجميع بليترين من الماء، ويُملّح قليلا اعتباراً لمُلوحة الخليع.

ينقّى العدس ويغسل، ثم يُبيّض في الماء الغليان بضع دقائق. يُقطّر العدس ويرمى فورا في الطاوة الغليانة. عندئذ تخرج قطع الخليع ويحتفظ بها. وعندما يقرب العدس من النضج، يضاف إليه القرع المقطع على شكل قَزْمات مُكَعبة، والطماطم المطحون. ترفع الطاوة عن النار حينما يَنضج القرع. تعاد قِطَعُ الخليع إلى الطاوة، ويزاد فيها الماء إذا كانت المرقة ثَخينة. يقدم العدس للأكل ساخنا جدا، ويزين بالقرع وقطع الخليع.

فول كناوة بالخليع (لوبياء غينيا باللحم القديد)

نفس طريقة إعداد العدس بالخليع. تعمل من دون قرع.





اللوبيا البيضاء بالخليع

المقادير لـ 8 أشخاص

500 غرام من اللوبيا البيضاء المنقوعة في الماء منذ الأمس

نفس طريقة إعداد العدس بالخليع. تعمل هذه الأكلة من دون قرع. لا تبيض اللوبيا في الماء الغليان مُسبقا. وإنما تُطبخ مباشرة في المرقة.

اللوبيا البيضاء مرقة (قدرة)

المقادير لـ 8 أشخاص

500 غرام من اللوبيا البيضاء المنقوعة في الماء منذ الأمس
بصلتان مقطعتان شرائح وبصلة مفرومة
قبصة زعفران (الأفضل استعمال الزعفران الحر المدقوق)
150 غرام من الزبدة
ملء ملعقة قهوة من الإبزار
حفنة بقدونس مفروم

توضع اللوبيا البيضاء مع البصل المفروم في القدر ؛ ويزاد الزعفران والزبدة والإبزار يملح الجميع ويغطى بالماء عندما توشك اللوبيا النضج. تُزاد البصلتان المقطعتان شرائح وحُفْنة من البقدونس المفروم. إذا نضج البصل - مع بقائه صحيحا - رُفعت القدر عن النار. إذا كانت المرقة ثخينة زيد فيها قليل من الماء لتمييعها. تقدم الأكلة ساخنة جدا.

الكفتة المكورة بالبيض

يعد رطل من الكفتة (لحم يُدق أو يُفرم دقيقاً) كما ذُكر في فصل الكباب.
تُعمل كويرات صغيرة في حَجْم كُلل الصبيان. مع بَلّ اليدين بالماء مرارا. تُطهى هذه الكُوَيرات في 150 غرام من الزبدة بغير إضافة ماء. وعند الطهي ؛ تطلق الكفتة ماءها. تُترك على النار لتَتَركّز حتى تصير مرقة دسمة. وحينئذ ترفع من فوق النار. إذا كانت المرقة ناقصة الحُمْرة. أُضيف إليها ملء ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر الحلو.
وعند التقديم. تصب هذه الكويرات في طاجن. يُزاد فيها قليل من مسحوق الفلفل الحريف. وتسخن على نار هادئة. ثم تكسر بِضْع بيضات مُفرَّقة على الطاجن. ويُذَر عليها قليل من ملح الطعام. وعندما ينضج بياض البيض. ترفع عن النار وتقدم ساخنة جدا.

الكفتة المكورة بالرز (لحم مفروم مرقة)

المقادير لـ 8 أشخاص

ملء نصف كاس شاي من الرز الصقيل
رطل كفتة (انظر فصل الكباب)
بصلة واحدة
قبصة من الزعفران (الزعفران الحر على الأفضل)
مقدار نصف ملعقة قهوة من الإبزار
100 غرام من الزبدة
حفنة بقدونس مفروم
مقدار نصف كاس شاي من عصير الليمون الحامض

يغسل الرز ويُخْلط بالكفتة. تعمل كُوَيرات من حجم كُلل الأطفال. مع بَلّ اليدين بالماء بين الحين والحين. ترمى هذه الكُوَيرات بالتتابع. أولا بأول في الطاوة. تُوضع الطاوة فوق نار معتدلة الحرارة. ويُضاف كأسان من الماء. وبصلة مبشورة. والزعفران. والإبزار. والزبدة. تُملّح الطاوة وتُغطى. ثم تحرك بين الحين والحين.
إذا نضج الرز. زيد فيه حفنة البقدونس المفروم. وعصير الليمون الحامض. يُترك على النار ليرْتَعش بِضْعَ دقائق. ثم يرفع قبل أن تَثخن المرقة. إذا أُنضجت الكفتة بالرز قبل تقديمها بوقت طويل. تشرّب الرز المرقة فصارت ثخينة ؛ عندئذ يزاد في المرقة قليل من الماء حين تسخينها. تقدم الأكلة حامية جدا.

الكفتة المكورة بالطماطم

المقادير لـ 8 أشخاص

3 كلغ من الطماطم
ملء ملعقة قهوة من الإبزار
قبصة من الزعفران
(يُفضّل استعمال الزعفران الحر)
بصلة مبشورة
150 غرام من الزبدة
الفلفل الأحمر الحريف المدقوق
بحسب الذوق
حفنة من البقدونس المفروم

يغسل الطماطم. ويقشر. وتقلع منه الزريعة. ويقطع قطعا. ولا يطحن في طاحونة الخضر أبدا. توضع القطع في الطاوة. تُملّح. ويزاد فيها الإبزار. والزعفران. والبصل المبشور. والزبدة. والفلفل الحريف المدقوق. يترك على النار لِيَتَقلّى. ويُحَرك مرارا إلى أن يتبخر الماء كله تماما. ونَحْصل على مُصاص الطماطم المركز. وفي أثناء طَهْي الطماطم. تُسوّى كُوَيْرات الكفتة من حَجْم كُلل الأطفال. وترمى في مُصاص الطماطم المُركز. يزاد البقدونس المفروم. تترك حتى تغلي. وتخلط الكفتة بالطماطم والبقدونس. ترفع الطاوة عن النار حينما تَنْضج كُوَيرات الكفتة وتَتقلّى الطماطم. تُسخّن وتُحرك قُبَيل تقديمها.

الكفتة المكورة المشرملة (اللحم المفروم بمرق البصل)

المقادير لـ 8 أشخاص

1 رطل من الكفتة (انظر فصل كباب)
4 بصلات مفرومة
مقدار نصف ملعقة قهوة من الزنجبيل
قبصة من الزعفران
(يفضل الزعفران الحر)
مقدار رأس سكين من الكمون
مقدار نصف ملعقة قهوة من الفلفل الحلو
مسحوق الفلفل الحريف حسب الذوق
100 غرام من الزبدة
كأسان (2) من الماء
مقدار مِلعقتيْ حساء من البقدونس
والكسبرة المفرومين المخلوطين
مقدار نصف كأس شاي من عصير
الليمون الحامض

يوضع البصل المفروم فرما رقيقا في الطنجرة ليطبخ. ويزاد فيه الزنجبيل. والزعفران. والكمون. والفلفل الأحمر الحلو. ومسحوق الفلفل الحريف. والزبدة. ثم يُملّح ويغطى بمقدار كأسين من الماء.
عندما ينضج البصل. يرمى في الطنجرة رطل الكفتة المكورة كويرات من حجم كُلل الأطفال ، يزاد عندئذ البقدونس والكسبرة المفرومين دقيقا. وعصير الليمون الحامض. تترك الطَنجرة بضع دقائق لتتقلّى. ثم ترفع عن النار . تقدم هذه الأكلة ساخنة جدا.

كباب مطفي في الزبدة

المقادير لـ 8 أشخاص
1 كلغ من كباب

تعمل قطع الكباب كما أشير إلى ذلك في فصل كباب. تُسْلك القطع في السفافيد ويحتفظ بها جانبا.
تطبخ 150 غرام من الزبدة ممزوجة بكاس ماء في طنجرة على نار هادئة. يضاف إليها بقايا البقدونس والبصل المفروم (شرمولة) المتساقطة من الكباب عند تسفيده. يُملّح المرق قليلا، وترمى فيه قطع الكباب الساخنة التي شُوِيت مسبقا على جمر الفحم. تزاد في الطنجرة 4 ملاعق حساء من الخل، وتترك لتتقلّى حتى الحصول على مرقة دسمة. ترفع عن النار وتقدم ساخنة جدا.

كباب مطفي في الزبدة مع البيض

يهيأ الكباب المطفي في الزبدة كما أشير إلى ذلك أعلاه. يصب الكباب المطفي في الطاجن. ويسخن على نار هادئة ثم تكسر عليه بضع بيضات متفرقة. إذا نضج بياض البيض رُفع الطاجن عن النار، وقُدم فورا.

القرع بالخليع والملوخية

المقادير لـ 6 أشخاص
1 كلغ من القرع (يختار إن أمكن القرع المستدير ذو القشرة الحرشاء. المسمى « القرعة الحرشاء »)
250 غرام من الملوخية
بصلة واحدة
200 غرام من الخليع (انظر الإعداد في الصفحة 12)
ملء ملعقتي حساء من إدام الخليع
ملء ملعقة قهوة من الفلفل الحلو
مسحوق الفلفل الحريف حسب الذوق
ملء ملعقة حساء من مسحوق الملوخية إذا لم توجد الملوخية الرخصة.

تقطع البصلة شرائح رقيقة، وترمى في القدر، مع إدام الخليع، وقطع الخليع، والفلفل الحلو، والفلفل الحريف المدقوق. يُملح قليلا اعتبارا لملوحة القديد. يغطى الجميع بمقدار كأسين من الماء. يترك ليغلي. يقطع القرع طولا على أربع ولا يقشر. يفرغ القرع من لبه، ثم يقصّ مربعات ضِلْعها ما بين 2 إلى 3 سنتم. تغسل قطع القرع وترمى في القدر الغليانة. تخرج قطع الخليع من القدر ويحتفظ بها جانبا.
تقص الملوخية من طرفيها وتغسل سريعا، وتوضع في طنجرة أخرى على حِدَة. تملح وتطبخ في قليل من مرقة القرع (لا تترك الملوخية المبللة تنتظر أبدا. يجب أن تُطهى فور غسلها لكي لا تصير لَزِجة عند نضجها).
ومن جهة أخرى، يُترك القرع ليطبخ على نار خفيفة. وليتقلّى حتى الحصول على مرقة دسمة. تقدم الأكلة ساخنة. تُصفف الملوخية وقطع الخليع فوق القرع.

القرعة السلاوية بالخليع والملوخية

السلاوية : قرع مستطيل له شكل الإبريق، لونه أخضر فاتح، وليس له عروق. يُكشَط بالسكين حتى ينقّى من قشرته الخضراء جميعها. يسوّى بنفس طريقة تسوية القرع بالخليع والملوخية.

الطماطم بالخليع والبطاطا

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

500 غرام من الطماطم
200 غرام من الخليع (انظر الإعداد في الصفحة 12)
ملء 4 ملاعق حساء من إدام الخليع
2 بصلتان مفرومتان
ملء ملعقة حساء من الفلفل الأحمر الحلو
500 غرام من البطاطا
حفنة بقدونس مفروم
مسحوق الفلفل الحريف
بحسب الذوق

تغسل الطماطم وتُقشر وتُقلع منه الزريعة، ويقطع قطعا. ولا يُطحن في مطحنة الخضر أبدا. يوضع في الطاوة وينصب على النار. ولا يُزاد فيه ماء. يُملح، ويُضاف البصل المفروم، واللحم القديد، وإدام الخليع، والفلفل الأحمر الحلو، ومسحوق الفلفل الحرّيف حسب الذوق.
تقشر البطاطا وتقطع قطعا صغيرة وتترك جانبا. عندما يغلي الخليط بضع دقائق، تخرج منه قطع الخليع وتترك جانبا. يوخذ قليل من مرق الطماطم وتطبخ فيه البطاطا على حدة، مع الانتباه إلى إضافة قليل من الملح.
يراقب طهي الطماطم مع التحريك باستمرار، إلى أن يتبخر الماء كله تماما، ويظهر الإدام على وجه الطبيخ. وحينئذ نحصل على نوع من مُصاص الطماطم. تضاف باقة من البقدونس المفروم، وقطع الخليع التي تُركت جانبا، والبطاطا التي أنضجت على حِدَة. يُواصل تحريكه بضع دقائق، ويرفع عن النار. يقدم ساخنا جدا.

الطماطم بالخليع والسفرجل

تعمل على نفس نَمَط الطماطم بالخليع والبطاطا. تُعوّض البطاطا بـ 500 غرام من السفرجل غير المقشور، والمقصوص قطعا صغيرة.

الطماطم بالخليع مع الملوخية

تعمل على نفس نمط الطماطم بالخليع والبطاطا. تُقطع الملوخية من أطرافها. تغسل هذه الخضرة في آخر وقت حين رميها في قليل من مرق الطماطم الغليان، مع إضافة قليل من الملح.
تُقدم وحدها، أو فوق طماطم ساخنة جدا.

العظام اليابسة

هذه العظام تصلح لإعداد الطماطم أو الكسكس بالعظام اليابسة. توخذ عظام البقر أو الغنم وعليها بقية من لحم. تغسل العظام وتُحك شديدا من جميع جهاتها بملح الطعام. تترك جانبا إلى الغد . ثم تُيبّس في الشمس الحارة مدة 5 أو 6 أيام متتابعة. تُدخل العظام في المساء اتقاء للرطوبة.
تصلح هذه العظام لإعداد طاجن الطماطم، أو لإعداد نوع معيّن من الكسكس. يمكن الاحتفاظ بهذه العظام إذا كانت يابسة جدا ثلاثين يوما قبل استعمالها.

الطماطم بالعظام اليابسة

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

5 كلغ من الطماطم
6 أو 7 عظام يابسة
ملء ملعقة حساء من الفلفل الأحمر الحلو
بصلتان مفرومتان أو مقطعتان شرائح رقيقة
مسحوق الفلفل الحريف حسب الذوق
ملء مغرفة من زيت كاوكاو

تغسل الطماطم وتقشر وتقلع منها الزريعة، ثم تقطع قطعا، ولا تطحن في طاحونة الخضر أبدا. توضع على النار مع البصل الرقيق، والفلفل الأحمر الحلو، والفلفل الأحمر الحريف والزيت. تزاد العظام بعد غسلها في عناية مرات عديدة. لا يضاف ملح. يترك ليطبخ مع تحريكه مراراً لكي لا تلتصق الطماطم في قعر القدر، وإلى أن يتبخر الماء كله تماما، والحصول على مُصاص ثخين من الطماطم. يزاد البقدونس المفروم، ويترك على النار بضع دقائق مع تحريكه إلى أن يظهر الإدام على وجه الطبيخ. يُذاق للتحقق من أن الطبيخ أخذ حقه من الملح والتوابل، ثم يرفع عن النار. تسخن الأكلة قبل التقديم مع الاحتراس من التصاق الطماطم بقعر الإناء.

المزگلدي (البصل بالخليع)

المقادير لـ 8 أشخاص

تقطع 4 كلغ من البصل دوائر، وتغلى ، ثم تعصر ليقطر منها الماء، وتوضع في قدر مع 250 غرام من الخليع (اللحم القديد، انظر الإعداد في الصفحة 12)، وملء 3 ملاعق حساء من إدام الخليع، وملء ملعقة قهوة من الفلفل الأحمر الحلو، ومسحوق الفلفل الحريف بحسب الذوق. يملح. يترك على النار ليتقلّى إلى أن يتبخر ماؤه تماما. يزاد فيه مقدار نصف كأس شاي من عصير الليمون الحامض، وباقة صغيرة من البقدونس المفروم. يترك على النار بضع دقائق، ثم يرفع القدر عن النار. تقدم الأكلة ساخنة.

الخليع بالليمون الحامض

المقادير لـ 6 أشخاص

300 غرام من الخليع (انظر الإعداد في الصفحة 12)
ملعقة من إدام الخليع
بضع زيتونات مهروسة (مس لاللّة في إبانها)
ملء ملعقة حساء من الفلفل الأحمر الحلو
ملء ملعقة قهوة من الكمون
مسحوق الفلفل الحريف حسب الذوق
عصير ليمونتين حامضتين
حفنة من البقدونس المفروم

تقص قديدات الخليع بالمقص قَزْمات صغيرة، وتلقى في طاجن، وتزاد ملعقة إدام الخليع، ومقدار كأس شاي من الماء. يوضع على النار ، ويزاد فيه بضع زيتونات مهروسة منزوعة النوى . يضاف ملء ملعقة حساء من الفلفل الأحمر الحلو، والكمون، والفلفل الحريف. إذا غَلى الطاجن، زيد فيه عصير الليمون الحامض والبقدونس المفروم. يخلط الجميع ويترك ليغلي بضع دقائق، ويقدم في الحال مع الشاي بالنعنع.

الخليع بالبيض

تقصّ قديدات الخليع بالمقص قطعا صغيرة. تلقى في طاجن. ويضاف إليها ملعقة صغيرة من إدام الخليع. توضع على نار معتدلة نوعا ما. إذا ذاب الإدام، كُسرت عليه بضع بيضات متفرقة في الطاجن. ويُرفع عن النار إذا نضج بياض البيض. يقدم ساخنا جدا مع الشاي بالنعنع.

البيصـــارة

المقادير لـ 6 أشخاص

تؤخذ 500 غرام من الفول اليابس المقشور، وتُنقى وتغسل. يوضع الفول في القدر مع ليتر ونصف من الماء. وفصين من الثوم. وملء ملعقة قهوة من الملح. يترك ليطبخ ويحرك بين الحين والحين. ثم يطحن الفول في طاحونة الخضر. يُزاد فيه قليل من الماء إذا كانت البيصارة ثخينة. البيصارة الجيدة تسيح في الصحن حينما تصب فيه.

تسخن البيصارة قبل تقديمها، وتصب في صحن مسخن. ويُذَرّ عليها الفلفل الأحمر الحلو، والكمون. والفلفل الحِرّيف المدقوق ، يوضع على المائدة إناء فيه زيت الزيتون، وآخر فيه عصير الليمون الحامض. وإناء ثالث فيه خليط من الفلفل الأحمر الحلو، والكمون، والفلفل الحِرّيف المدقوق، ليتبّل كل واحد البيصارة بحسب ذوقه.

ســـرُّودة

المقادير لـ 6 أسخاص

ينقع في الماء الساخن مساء مقدار 500 غرام من الحمص. وفي الغد. يقشر الحمص. ويغسل ويطهى في ليتر ونصف من الماء. يُملح. ويزاد فيه 1/2 ملعقة قهوة من الإبزار، وقبصة زعفران، وشرائح دقيقة لبصلة واحدة. يترك ليطبخ على نار خفيفة مع تحريكه من حين لآخر. فإذا نضج طُحن في مطحنة الخضر.

تُسخن سرُّودة قبل تقديمها، ويُزاد فيها قليل من الماء إذا كانت ثخينة (ينبغي أن تكون هذه البيصارة مائعة شيئا ما ليمكن تناولها بالملعقة) تُخلط سرودة بقليل من الزبدة المذابة في وقت التقديم.

الأسمــــــاك

الأسماك المستعملة بكثرة في الطبخ المغربي هي : ميْرلان، الباجو، البوري، الشرْغو، والشابل.
ومن الأسماك الشائع استعمالها كذلك : الدرْعي ، الروجي، الزريقة، الإنشبدون. إن الوصفات التي سنذكرها أدناه صالحة للأسماك جميعها، فمن الممكن أن يقلى الشابل والشرغو، والميرلان، والبوري وغيرها، أو يطهى مع الطماطم، أو ينضج في الفرن، أو يعمل منه طاجن المقلّي.
جميع هذه الأسماك، كيفما كانت طريقة إعدادها - ينبغي أن تنقع في خليط من التوابل يسمى « شرمولة » (مُلاح)

شَرْمُولَة (مُلاح السمك)

المقادير لإعداد 3 كلغ من السمك. تُزاد المقادير أو تنقص بحسب الوزن.
تؤخذ باقة كسبرة وتُقص ذيولها، وتدق إما في المهراس، وإما في المازِجّة (مِيكْسِير) مع نصف كاس من الماء، بزيادة مقدار الملح اللازم، وثلاثة أو أربعة فصوص من الثوم مهروسة، ثم يُزاد في هذه الكسبرة المدقوقة :

نصف كاس شاي من الماء
ملء ملعقتي حساء من الفلفل الأحمر الحلو
ملء ملعقة حساء من الكمون
مقدار نصف ملعقة قهوة من الفلفل الحريف المدقوق
ملء ملعقتي حساء من الزيت

(بالقياس إلى الشابل، يزاد في هذا الخليط مقدار نصف كأس شاي من الخل). يخلط الجميع خلطا جيدا. ويترك فيه السمك لينقع بضع ساعات.

الشابــــل

يصاد الشابل في الماء العذب، وهو سمك كثير الحَسَك، دسِم اللحم. يعتبر الشابل من ألذ ألوان الطعام وأشهاها في المغرب : وبالأخص أنثاه لجودة طعم بيضها.

الشابل مقلي

تختار شابلة أنثى من وزن 3 كلغ على الأقل (صغاره ليست جيدة). تفرغ من أحشائها مع الانتباه إلى البيض خشية سحقه.

يقطع رأس الشابلة وذيلها. تشطر السمكة طولا إلى شطرين. يقطع عندئذ كل شطر قِطعا عَرْض الواحدة منها من 5 إلى 6 سنتم. تغسل القِطع مرات متعددة بالماء المملّح، ثم تُغسل مرة أخيرة بالماء الصافي وتُترك لتقطر.
تُنقع قِطع الشابل هذه في شرمولة (انظر طريقة الإعداد) ساعات عديدة. ثم تُخرج القطع وتُلَف في طحين القمح الصلب. يُلَف كذلك بيض السمك في هذا الطحين. يُحتفظ ببقايا شرمولة لصنع الرغايف.
تُقلى قطع السمك هذه بالزيت الغليان في مقلاة على نار متوسطة الحرارة، مع الاعتناء بتحميرها باستمرار ومن كل الجوانب.
يؤكل الشابل المقلي ساخنا أو باردا بحسب الذوق. يمكن ادخار هذا السمك في مُلاحه مدة يوم أو يومين قبل الاستعمال.
وبنفس الطريقة يمكن قلي الميرلان، والشرغو، والزريقة، والبوري، والباجو الخ... بعد شرملتها.

السمك في الفـرن

زمن الطهي ، 1 ساعة و 15 دقيقة تقريبا.
تختار سمكة وزنها 3 كلغ تقريبا من نور الباجو، أو الزريقة، أو الدرعي. يفرغ جوفها وتغسل جيدا بالماء المملح. ويُشَح ظهرها شجا خفيفا (وذلك من أجل أن تتشرب السمكة المُلاح)، وتُنقع بضع ساعات في شرمولة (الإعداد في الصفحة 59)
وقبل ساعة ونصف من تقديم الطعام، يقطع كيلوغرام ونصف من البطاطا الى دوائر رقيقة جدا. وتصفف في صحن يناسب الفرن، توضع السمكة المشرملة جيدا فوق فرشة البطاطا. يغسل 2 كلغ من الطماطم وتقطع كل واحدة منها إلى نصفين وتقلع منها الزريعة، ويحتفظ بما سال منها من عصير.
تُصفف قطع الطماطم على السمكة وحولها. تزاد 3 أو 4 فلفلات مشوية مُقَطعة طولا إلى قطعتين، و 2 أو 3 فليفلات حريفة صحيحة، يصب فوق الطماطم بقايا شرمولة وعصير الطماطم. ويضاف اليها مقدار 3/4 مغرفة من زيت الكاوكاو.
يرش الجميع بالملح الرقيق، وبالبقدونس المفروم، ويُطيّب جيدا بالإبزار.
ينضج في فرن معتدل الحرارة. تسقى السمكة بمرقها من حين لآخر.
عندما تقارب السمكة النضج، تصب المرقة في طنجرة، ويترك الصحن في الفرن ليتقلّى إلى الحصول على مرقة ثخينة لزجة.
يقدم الطعام ساخنا جدا مع المرقة.

ملحوظة : جرت العادة أن يذر على الطماطم جبن « غروييز » المبشور، ومسحوق الخبز المحمص.
الطماطم لا يحترق، وتبقى قشرته هشة مذهبة.

طاجن السمك « المقلّي »

يمكن إعداد طاجن السمك « المقلّي » من ميرلان، والباجو، والبوري، والزريقة، والشرغو، والشابل.
وباعتبار الحجم، يقطع السمك قطعا إن كان كبيرا، أو يحتفظ به صحيحا إن كان صغيرا (الميرلان، والشرغو الصغير)

المقادير لـ 2 كلغ من السمك
ينقع السمك في شرمولة بضع ساعات (انظر الإعداد)
ومن جهة أخرى تعمل مرقة من :
- ملء ملعقة قهوة من الزنجبيل
- قبصة من الزعفران (يفضل الزعفران الحر المدقوق)
- مقدار 3/4 مغرفة من زيت الكاوكاو
- ملء ملعقة حساء من شرمولة
- ليمونة حامضة محفوظة مقطعة على أربع } عند نهاية الإنضاج
- 6 أو 7 زيتونـــات محفوظـــــة } عند نهاية الإنضاج





تُخلط هذه المواد خلطا جيدا. توضع في قعر الطاجن قصيبات مقطوعة بالطول على أربع. تصفف قطع السمك المُشَرْمَلة على القصيبات، وبذلك تبقى معزولة ولا تلتصق بالطاجن. يُصبّ المرق على السمك ويغطى الطاجن. يترك ليتقلّى بضع دقائق على حرف المجمر، ثم ينضج في الفرن على نار هادئة مدة نصف ساعة. يخرجُ الطاجن من الفرن. ويتنوق لمعرفة حظه من الملح والتوابل، وللتحقق من نضج السمك.

إذا كانت المرقة خفيفة، نُزِع الغطاء عن الطاجن، وتُرِك هكذا ليتقلّى على نار معتدلة إلى الحصول على مرقة دسمة. يقدم ساخنا جدا.

يمكن إعداد هذه الأكلة ببساطة في طاوة. تقلّى المرقة بضع دقائق، وتنضج فيها قطع السمك المشرملة، مع تقليبها في لطف وخفة لتنضج من وجهيها، ولكي لاتتفتّت. تُقلّى هذه المرقة جيدا، وتقدم الأكلة في صحن مستدير مزين بالزيتون وقطع الليمون الحامض المحفوظ.

رغايف شرمولة السمك

تخرج قطع السمك المنقوعة في شرمولة، وتلفّ في الطحين، ثم تقلّى في الزيت. تعمل عجينة الرغايف، وتترك لترتاح مدة قلي السمك.

تضاف إلى شرمولة بيضة مخفوقة، ومقدار جوزة غليظة من الخميرة محلولة في قليل من الماء. تخلط شرمولة بالبيض والخميرة. ويصب فيها قليلا قليلا طحين القمح الصلب، مع التحريك إلى الحصول على عجينة أخف من عجين السفنْج العادي.

يلزم مقدار زلافة من الطحين لشرمولة 3 كلغ من السمك. تغطى هذه العجينة وتترك لترتاح. بعد الانتهاء من قلي السمك، يبدل الزيت الذي في المقلاة، ويترك الزيت الجديد حتى يغلي، وتصب في المقلاة ملاعق من العجين متفرقة لكي لا تلتصق ببعضها.

تقلى الرغايف من وجهيها على نار متوسطة، ثم تترك ليقطر منها الزيت.وحينئذ نحصل على فطائر مستديرة ومسطحة ومثقبة خفيفا من أحد وجهيها. تصفف حول السمك المقلي عند التقديم.

السمك المحشو بالرز

المقادير لباجو من زنة 3 كلغ

1 كلغ من الطماطم

200 غرام من الزيتون الأخضر المنزوع النوى

2 ليمونتان حامضتان محفوظتان (تستعمل القشرة فقط)

3/4 كأس من الرز الصقيل

200 غرام من الزبدة

2 فُليفلتان حرّيفتان (اختياري)

زمن الانضاج في الفرن : ساعة و 15 دقيقة تقريبا

تفرغ السمكة وتغسل وتترك حتى يقطر منها الماء، ثم تنقع في شرمولة بضع ساعات (انظر الإعداد).

ومن جهة أخرى، يُبيّض الرز مدة 3 دقائق في الماء المملح الغليان.

تقشر الطماطم وتنزع منها الزريعة، ثم تقطع قَرْمات، ويحتفظ بالعصير.

يقطع الزيتون والليمون الحامض المحفوظ قطعا صغيرة جدا.

تخلط الطماطم، والزيتون، والليمون الحامض المحفوظ بشرمولة.

يضاف الرز المبيض إلى نصف هذا الخليط ويحتفظ بالنصف الباقي إلى حين.

تعمّر السمكة بحشوة الرزّ هذه من الفتحة التي عُمِلَتْ في بطنها آنفا، بإضافة مقدار 100 غرام من الزبدة غير المذابة. تخاط فتحة السمكة.

توضع السمكة في صحن الفرن. تغطى بالزيتون والليمون الحامض المحفوظ والطماطم الباقية. يلقى على الجميع مقدار 100 غرام أخرى من الزبدة، ويصب في الصحن ملء كاس شاي من الماء وعصير الطماطم. يضاف 2 فليفلة حِرّيفة صحيحة (اختياري).

تنضج في فرن ساخن وتسقى من مرقها من حين لآخر. تخرج من الفرن بعد ساعة وربع. تقدم الأكلة حالا.

السمك بالطماطم

يمكن إعداد طاجن السمك بالطماطم من الميرلان، والباجو، والبوري... المقادير لـ 2 كلغ من السمك، **صحيح أو مقطع** بحسب الحجم.

ينقع السمك بضع ساعات في شرمولة (انظر الإعداد) ويحتفظ به.

يغسل ويقشر 2 كلغ و 1/2 من الطماطم، ثم تنزع منها الزريعة وتقطع قطعا في قدر.

يـزاد :

ملء ملعقة قهوة من الزنجبيل

ملء ملعقة موخا من الزعفران (الأفضل استعمال الزعفران الحر المدقوق)

نصف ملعقة قهوة من الفلفل الحريف المدقوق

فصّ ثوم مهروس

4 ملاعق حساء من شرمولة

3/4 مغرفة من زيت الكاوْكاوْ

قليل من الملح

ليمونة حامضة محفوظـة

6 أو 7 زيتـــونـــات } **بعد نضج الطماطم**

حفنة من البقدونس المفروم

ينضج على نار متوسطة ويحرك مرارا لكي لا تلتصق الطماطم بقعر القدر.

ستتحول الطماطم إلى مُصاص بعد أن يتبخر منها الماء كله تماما. عندئذ يزاد فيها حفنة من البقدونس المفروم، وقطع قشرة ليمونة حامضة محفوظة، 6 أو 7 زيتونات محفوظة. تترك القدر على النار لتتقلّى بضع دقائق، مع مُواصلة التحريك.

ومن ناحية أخرى، تصفف في قعر طاجن قصيبات مقطوعة بالطول على أربع. توضع قطع السمك المشرملة على القصيبات. وبذلك تبقى معزولة فلا تلتصق بالطاجن. تصب بقايا شرمولة والطماطم على السمك. يزين الطاجن بالليمون الحامض والزيتون المحفوظ. يغطى الطاجن ويترك ليتقلّى بضع دقائق على المجمر، ثم يدخل إلى الفرن لينضج على نار متوسطة مدة 3/4 الساعة تقريبا.

إذا جاءت المرقة مائعة، صبت في طنجرة وتركت لتتقلّى حتى الحصول على مرقة دسمة. يزاد فيها مقدار ملء ملعقة قهوة من الطحين المطلوق في قليل من الماء لتعقد أكثر. تترك لتغلي.

تصب المرقة عندئذ في الطاجن. تقدم الأكلة ساخنة أو باردة بحسب الأذواق. يمكن كذلك إعداد هذه الأكلة في طاوة على الطماطم المقلي، مع العناية بتخفيف النار، وتقليب السمك في لطف وخفة لكي لا يتفتت. يقدم السمك في صحن مفروش بمُصاص الطماطم.

الطيــــور

اختيار الدجاج

اختيار الدجاج أمر مهم جدا. ننصح باجتناب الدجاج الرومي (المفرخ اصطناعيا) إلاّ في حالة الاضطرار وذلك لطراوته المفرطة.
فهذا النوع من الدجاج ينضج سريعا، فلا يتاح له إذن، أن يتقلّى في المرق على مهل ، ويتشبع به.
والأفضل أن ناخذ الدجاج البلدي من زنة ثلاثة أرطال (الذي لم يربّ على نوع خاص من العلف).

طريقة غسل الدجاج

يذبح الدجاج، ثم يغمس سريعا في الماء الحامي جدا الذي يوشك الغليان. يخرج من الماء بعد بضع دقائق، وينتف ريشه بقوة، ثم يفرغ، ويغسل مرات عديدة بالماء الدافيء، ويحك بملح الطعام، ويغسل مرات. تغسل الحوايا (الحَوْصلة، الكبد، القلب) وتنقى كذلك.
بعد الغسل، يوضع الدجاج والحوايا في قصعة ملأى بالماء البارد المملح قليلا، ويترك الكل هكذا مدة بضع ساعات. يغسل الدجاج من جديد قبل الاستعمال. يغسل الدجاج الهندي (بيبي)، وفراخ الحمام، والحجل... بنفس الطريقة.

الدجاج قدرة بالحمص والبصل

المقادير لدجاجتين زنة الواحدة 3 أرطال (انظر اختيار الدجاج وطريقة غسله أعلاه)
- ملء كاس ماء من الحمص المنقوع في الماء منذ أمس والمقشور في الغد
- 1 1/2 كلغ من البصل
- حفنة بقدونس مفروم
- 200 غرام من الزبدة
- ملعقة موخا من الزعفران (خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
- ملء ملعقة قهوة من الابزار
- ملــــح

يقطع الدجاج قطعا ويوضع مع الحوايا في الطاوة. يملح، ويضاف إليه الإبزار، والزعفران، والزبدة، وبصلتان مقطعتان شرائح، والحمص المقشور. يغطى الجميع بكأسين كبيرتين من الماء.
ينضج مغطى على نار معتدلة الحرارة. تقلّب قطع الدجاج بين الحين والحين يزاد الماء إذا دعت الضرورة في أثناء الطبخ.

عندما ينضج الدجاج ويسهل نَتْشُ لحمه بالأصابع، يخرج من الطاوة. يضاف إلى المرق الذي ما زال على النار، البصل الباقي المقطوع شرائح، والبقدونس المفروم، وقليل من الملح، وقبْصة من الزعفران. تحرك الطاوة من أجل أن يخلط الطبيخ جيدا.
إذا نضج البصل - وينبغي أن لا يذوب - رُفعت الطاوة عن النار بعد التأكد من أن المرق أخذ حقه من الملح والتوابل.
يوضع الدجاج في الطاوة مع البصل والمرق ويسخن على نار هادئة. فإذا سخن الطبيخ، صُفّف الدجاج في صحن. وَوُضع عليه الحمص والبصل وسُقي الجميع بالمرق، وقُدم الطعام فورا.
ملحوظة : مرقة القدرة أقل ثخونة من مرقة المقلي.

الدجاج قدرة باللوز والبصل (قدرة تُويمِيَّة)

نفس المقادير [illegible] المستعملة للدجاج بالحمص والبصل أعلاه.

يعوض الحمص بـ 200 غرام من اللوز المقشور، ويطبخ مع الدجاج

الدجاج « مُشَرْمَل » قدرة

المقادير لدجاجتين من زنة 3 أرطال للواحدة تقريبا (انظر اختيار الدجاج وطريقة غسله في الصفحة 63)
4 بصلات مبشورة
مقدار نصف ملعقة قهوة من الإبزار
ملء ملعقة [illegible] من الزعفران
(خليط من الزعفران الحر والزعفران العادي)
200 غرام من الزبدة
ملء ملعقة حساء من الكسبرة والبقدونس المفروم
مقدار نصف ملعقة قهوة من الكمون
ملء ملعقة قهوة من الفلفل الأحمر الحلو
مقدار نصف كأس شاي من عصير الليمون الحامض
ملح

يقطع الدجاج قطعا أو يترك صحيحا (بحسب الاختيار). يوضع الدجاج وسقْطه (الحوايا) في الطاوة مع 4 بصلات مبشورة، يملح، ويزاد فيه الزبدة، والإبزار، والزعفران، وملء كأسين من الماء. يطبخ مغطى على نار معتدلة الحرارة. يقلب الدجاج بين الحين والحين لكي يتشبع جيدا بالمرق. يزاد الماء أثناء الطبخ إذا دعت الضرورة لذلك.
وعندما يقارب الدجاج النضج، يضاف إليه الفلفل الأحمر الحلو، والكمون، والكسبرة، والبقدونس المفروم. يخلط الطبيخ.
وعندما ينضج الدجاج تماما، أي حينما يسهل نتش لحمه بالأصابع، يزاد فيه عصير الليمون الحامض. يترك على النار بضع دقائق ليتقلّى، ومن أجل أن تثخن المرقة وتصير دسمة. يرفع بعدئذ عن النار.
التقديم : يوضع الدجاج في صحن. ويصفف فوقه الزيتون، والليمون المرقد (المحفوظ)، والحوايا، ويصب عليه المرق.

الدجاج « مشرمل » طاجين

المقادير لدجاجتين زنة الواحدة 3 أرطال تقريبا (انظر اختيار الدجاج وطريقة غسله في الصفحة 65)
4 بصلات مبشورة
ملء ملعقة قهوة من الزنجبيل
ملء ملعقة موخا من الزعفران (خليط من الزعفران الحر والزعفران العادي)
مغرفة من زيت الكاوكاو
ملء ملعقة قهوة من الكسبرة والبقدونس المفروم
مقدار نصف ملعقة قهوة من الكمون
ملء ملعقة قهوة من الفلفل الأحمر الحلو
مقدار نصف كأس شاي من عصير الليمون الحامض
قشرة ليمونة مرقدة (محفوظة)
10 زيتونات مرقدة (محفوظة)
ملـــح

يقطع الدجاج قطعا أو يترك صحيحا (بحسب الاختيار). يوضع الدجاج مع الحوايا في طاوة، ويزاد عليه البصل المبشور، والزيت، والزعفران، والزنجبيل، وكأسان من الماء. يملح، ويطهى مغطى على نار معتدلة الحرارة. يحرك بعد الغليان. يقلّب الدجاج بين الحين والحين في أثناء الطهي لكي يتشبع بالمرق جيدا. يزاد فيه الماء عند الحاجة. وعندما يوشك الدجاج النضج، يزاد فيه الفلفل الأحمر الحلو، والكمون، والكسبرة والبقدونس المفروم، والزيتون، وقشرة الليمون المرقد مقطوعة على أربع. يخلط، وحينما ينضج الدجاج تماما، أي حينما يسهل نتْش لحمه بالأصابع، يزاد فيه عصير الليمون الحامض. يترك على النار بضع دقائق ليتقلّى، ولكي تثخن مرقته فتصير دسمة. بعدئذ يرفع عن النار.
يوضع الدجاج في صحن مستدير، ويصفف عليه قشر الليمون المرقد، والزيتون، والحوايا، وتصب عليها المرقة.

الدجاج المحشو بالبقدونس مبخّر

المقادير لدجاجتين زنة الواحدة 3 أرطال تقريبا (انظر اختيار الدجاج وطريقة غسله في الصفحة 65)
1 كلغ من الطماطم
2 زلافتان مملوءتان حتى الشفة من البقدونس المفروم
2 غصنان من الكرفس المفروم
قشرة ليمون مرقد
مقدار نصف ملعقة قهوة من الفلفل الحريف المدقوق
ملء ملعقة قهوة من الإبزار
مقدار جوزتين (2) من الزبدة
ملح
كمون

يفرم البقدونس والكرفس وقشرة الليمون المرقد فرما دقيقا، ويخلط بكلو غرام من الطماطم المقشور المنزوع الزريعة والمقطع قطعا. يملح، ويزاد فيه الإبزار والفلفل الحريف. يحشى باطن الدجاج بهذه الحشوة، ويوضع داخل كل طير مقدار جوزة من الزبدة.

يوضع الدجاج في الكسكاس الذي ينصب على قدر فيها 3 أو 4 لترات من الماء الغليان. ثم تقفل القدر بشريط من القماش المغموس في عجين رَخْو من الطحين والماء. يغطى الدجاج بقطعة ثوب نظيفة ومبلّلة، ويوضع فوقها غطاء. ينضج على نار متوسطة.

يتحقق من نضجه بعد ساعة ونصف. فإذا سَهُل نتش لحم الدجاج بالأصابع أبعد عن النار. يوضع الدجاج في صحن، ويقدم فوراً مصحوبا بخليط من الملح والكمون في صحن صغير على حِدّة.

الدجاج المحشوّ بالرز مبخّر

المقادير لدجاجتين زنة الواحدة 3 أرطال تقريبا (انظر اختيار الدجاج وطريقة غسله في الصفحة 65)

1 كلغ من الطماطم
باقة صغيرة من البقدونس المفروم
ليمونتان (2) مرقدتان
ملء ملعقة قهوة من الإبزار
مقدار نصف ملعقة قهوة من الفلفل الحرّيف المدقوق
ملء كأس ماء حتى الشفة من الرز الصقيل
100 غرام من الزبدة
ملح
كمون

يغسل الرز ويترك ليقطر. يقشر الطماطم وتنزع منه الزريعة ويقطع قطعا. يفرم البقدونس، ويقطع قشر الليمون المرقد رقيقا مثل البقدونس المفروم. يملح ، ويزاد فيه الإبزار والفلفل الحرّيف، ثم يخلط الكل.

تدخل هذه الحشوة في بطن الدجاج، مع 50 غراما من الزبدة لكل طير.

يوضع الدجاج في الكسكاس . ينصب الكسكاس على قدر فيها 3 أو 4 لترات من الماء الغليان. يقفل القدر والكسكاس بواسطة شريط من القماش المغموس في عجين رخو من الطحين والماء . يغطى الدجاج بقطعة ثوب نظيفة ومبللة، ويوضع فوقها غطاء . ويترك لينضج على نار متوسطة . يتحقق من نضجه بعد ساعة ونصف . فإذا سهل نتش لحم الدجاج بالأصابع، أبعد من النار.

يوضع الدجاج في صحن، ويقدم فورا مصحوبا بخليط من الملح والكمون على حدة في صحن صغير.

الدجاج «محمّر» شْوَا قْدَرْ

المقادير لدجاجتين زنة الواحدة 3 أرطال تقريبا (انظر اختيار الدجاج وطريقة غسله في الصفحة 65).

مقدار نصف ملعقة قهوة من الإبزار
ملء ملعقة موسًا من الزعفران
(خليط من الزعفران الحر والزعفران العادي)
ملء ملعقة قهوة من الزنجبيل
بصلتان مبشورتان
باقة مربوطة من الكسبرة
150 غرام من الزبدة
ملح

يوضع الدجاج صحيحا مع سقطه (الحوايا) في الطاوة. يغطى بكأسين كبيرتين من الماء. يملح. ويضاف إليه البصل المبشور، والإبزار، والزعفران، والزنجبيل، والزبدة وباقة الكسبرة الصغيرة التي تخرج في نهاية الطبخ.

ينضج مغطى على نار معتدلة الحرارة ، مع تقليب الدجاج من حين لآخر لكي يتشبع جيدا بالمرق. يزاد فيه الماء عند الاقتضاء.

عندما ينضج الدجاج ويسهل نَتْش لحمه بالأصابع، يتحقق من أن الطبيخ قد أخذ نصيبه من الملح والتوابل. يقلّى حتى الحصول على مرقة ثخينة. يرفع حينئذ عن النار.

وقبل 20 دقيقة من تقديم الطعام، يسخن 100 غرام من الزبدة وملء مغرفة من الزيت في مقلاة . يحمر الدجاج في مزيج الزبدة والزيت، مع تقليبه ليتحمر من جميع جهاته على السواء.

يوضع الدجاج في صحن مسخن. تسخن المرقة ولا تقلّى، ويضاف إليها ملعقتا (2) حساء من زيت التحمير. تخلط المرقة جيدا بإدارة القدر. تصب هذه المرقة على الدجاج. يقدم فورا.

الدجاج « محمر » المقلّى بالبقدونس

المقادير لدجاجتين زنة الواحدة 3 أرطال تقريبا (انظر اختيار الدجاج وطريقة غسله في الصفحة 65).

بصلتان مبشورتان
ملء ملعقة قهوة من الإبزار
ملء ملعقة موخا من الزعفران
(خليط من الزعفران الحر المدقوق
والزعفران العادي)

150 غرام من الزبدة
ملء ملعقتي حساء من البقدونس
المفروم
قشرة ليمونة مرقدة
عصير ليمونة حامضة
ملح

يوضع الدجاج صحيحا مع الحوايا في الطاوة. يغطى بكأسين كبيرتين من الماء. يملح. ويضاف إليه البصل المبشور، والإبزار، والزعفران، والزبدة، وملء ملعقة حساء من البقدونس المفروم.
ينضج مغطى على نار معتدلة الحرارة، مع تقليب الدجاج من حين لآخر لكي يتاح له أن يتشبع جيدا بالمرق. يزاد فيه الماء إن اقتضى الحال.
عندما يُداني الدجاج النضج ، يؤخذ نصف كبد دجاجة ويطحن مع قليل من المرق بالمازجة (ميكسير) أو بمطحنة الخضر مع استعمال الشبكة ذات العيون الدقيقة جدا. يصب هذا الخليط في الطاوة، ويضاف إليه ملعقة حساء أخرى من البقدونس المفروم. تقص قشرة الليمونة قصا دقيقا مثل البقدونس المفروم.
وحينما ينضج الدجاج، ويسهل نتش لحمه بالأصابع، تضاف إليه هذه الليمونة المرقدة المفرومة، وعصير الليمون الحامض. يترك ليتقلّى حتى الحصول على مرقة ثخينة، ثم يرفع عن النار بعد التحقق أنه أخذ حقه من الملح والتوابل.
وقبل تقديم الطعام بعشرين دقيقة، يسخن 100 غرام من الزبدة ممزوجة بمغرفة من الزيت في مقلاة. يقلى الدجاج في هذه المادة الدسمة، ويقلّب من أجل تحمير جهاته كلها على السواء.
يوضع الدجاج في صحن مسخن، تسخن المرقة ولا تقلّى، ويضاف إليها ملعقتا (2) حساء من زيت التحمير. تخلط المرقة جيدا بإدارة الطاوة، وتصب هذه المرقة المعسلة على الدجاج. يقدم الطعام فوراً.

الدجاج « محمر » مقلي (تقليدي)

المقادير لدجاجتين زنة الواحدة 3 أرطال تقريبا (انظر اختيار الدجاج وطريقة غسله في الصفحة 65).

- ملء ملعقة حساء من الفلفل الأحمر الحلو
- ملء ملعقة قهوة من الكمون
- فصان من الثوم مهروسان
- بصلة صغيرة صحيحة
- 150 غرام من الزبدة
- باقة صغيرة مربوطة من الكسبرة
- ملء ملعقة قهوة من الطحين

يوضع الدجاج صحيحا مع الحوايا في الطاوة. يغطى بكأسين كبيرتين من الماء. يملح، ويضاف إليه الزبدة، والثوم المهروس، والبصلة الصحيحة، والفلفل الأحمر الحلو، والكمون، وباقة الكسبرة الصغيرة المربوطة التي تخرج من الطاوة عند نُضْج الدجاج. ينضج مغطى على نار معتدلة الحرارة، مع تقليب الدجاج بين الحين والحين، من أجل أن يتشبع جيدا بالمرق. يزاد فيه الماء عند الحاجة. تخرج البصلة حين نضجها، ويحتفظ بها.

عندما ينضج الدجاج، أي حينما يسهل نتش لحمه بالأصابع، تطحن البصلة المحتفظ بها مع قطعة صغيرة من كبد الدجاج إما في المازجة (ميكسير) وإما في طاحونة الخضر مع استعمال شبكة دقيقة العيون. يخلط مع قليل من المرق، ويطلق فيه ملء ملعقة قهوة من الطحين. يصب هذا الخليط في الطاوة التي بقيت على النار. يتحقق أن الطبيخ أخذ نصيبه من الملح والتوابل. يرفع عن النار عند الحصول على مرقة ثخينة.

وقبل تقديم الطعام بعشرين دقيقة، يسخن 100 غرام من الزبدة ممزوجة بمغرفة من زيت الكاوْكاو في مقلاة. يقلى الدجاج في هذا الإدام الساخن، ويقلب من أجل تحمير جميع جهاته على السواء.

يوضع الدجاج في صحن مسخن. يسخن المرق ولا يقلّى، ويضاف إليه ملء ملعقتي (2) حساء من زيت التحمير، يخلط جيدا بإدارة الطاوة، ثم يصب هذا المرق الثخين على الدجاج. يقدم الطعام على الفور.

ملحوظة : استعمال البصل اختياري، فهو لا يوجد مبدئيا في الوصفة التقليدية.

الدجاج « مشوي » يشوى على جمر الفحم

المقادير لدجاجتين زنة الواحدة 3 أرطال تقريبا (انظر اختيار الدجاج وطريقة غسله في الصفحة 65).

نفس المقادير مثل الدجاج « محمر ». ينضج الدجاج كما وُصِفَ في الدجاج « محمر » التقليدي مع حذف البصلة وباقة الكسبرة. يخرج الدجاج عندما ينضج من المرق، ويترك ليبرد، ثم يدهن في عناية بالخليط التالي :

- ملء ملعقة حساء من الفلفل الأحمر الحلو
- ملء ملعقة قهوة من الكمون
- قبصة من الفلفل الحرّيف المدقوق
- 50 غراما من الزبدة المذابة
- ملح

وفي وقت تناول الطعام، يشوى الدجاج على مشواة موضوعة فوق نار متقدة من جمر الفحم . يقدم حالما يشوى جيدا.





الدجاج « محمر » (إعداد آخر)

المقادير لدجاجتين زنة الواحدة 3 أرطال تقريبا (انظر اختيار الدجاج وطريقة غسله في الصفحة 65).

فص ثوم
بصلة
ملء ملعقة قهوة من الفلفل الأحمر الحلو
نصف ملعقة قهوة من الزنجبيل
نصف ملعقة قهوة من الإبزار
نصف ملعقة قهوة من الكمون
ملء ملعقة موخا من الزعفران الحر
المخلوط بالزعفران العادي

150 غراما من الزبدة
ملء ملعقتي حساء من زيت الكاوكاو
باقة صغيرة مربوطة من البقدونس
والكسبرة
ملء ملعقة قهوة من الطحين
ملح

يقشر الثوم والبصل، ويقطع قطعا، ويدق في المهراس شديدا، مع القدر الكافي من الملح اللازم لتمليح الدجاج . يمزج هذا الخليط بالتوابل السالف ذكرها أعلاه. يقطر الدجاج من الماء، ويمسح بقطعة ثوب نظيفة، ويدهن باطنه وظاهره بهذا الخليط. توضع الزبدة والزيت في الطاوة، وتنصب على نار هادئة. يترك ليسخن. يحمر الدجاج في هذه المادة الدسمة، ويقلّب من أجل أن يتشبع سويا بالتوابل. وبعد بضع دقائق ، يسقى بكأسين كبيرتين من الماء، ويضاف إليه الباقة الصغيرة المربوطة من الكسبرة والبقدونس التي تخرج من الطاوة عند نهاية النضج.
ينضج مغطى على نار معتدلة الحرارة، مع تقليب الدجاج مرارا. يزاد فيه الماء عند الاقتضاء.
عندما ينضج الدجاج، أي حينما يسهل نتش لحمه بالأصابع، يترك ليتقلّى ـ إن اقتضت الحال ـ على النار، حتى الحصول على مرقة ثخينة. عندئذ يخرج الدجاج من الطاوة. يطلق ملء ملعقة قهوة من الطحين في الماء ويضاف إلى المرقة ، التي بقيت على النار ، لتزداد ثخونة. تحرك المرقة بسرعة، ثم تترك لتغلي من دون أن تتقلّى أكثر . ترفع عن النار.
وقبل تقديم الطعام بعشرين دقيقة، يسخن 100 غرام من الزبدة ممزوجة بمغرفة زيت في مقلاة. يقلى الدجاج في هذه المادة الدسمة، ويقلّب من جميع جهاته لكي يتحمر جيدا. يوضع الدجاج في صحن مسخن. تسخن المرقة، ويضاف إليها ملء ملعقتيْ حساء من زيت التحمير، يخلط المرق جيدا بإدارة الطاوة، ثم يصب هذا المائع المعسل على الدجاج. يقدم في الحال.

الدجاج « مقلّى » بالليمون المرقد

المقادير لدجاجتين زنة الواحدة 3 أرطال تقريبا (انظر اختيار الدجاج وطريقة غسله في الصفحة 65).
ملعقة قهوة مملوءة جيدا من الزنجبيل
ملعقة موخا من الزعفران
(خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
مقدار ثلاثة أرباع مغرفة من زيت الكاوكاو
50 غرام من الزبدة
ملعقة حساء من زيت الزيتون
بصيلة واحدة صحيحة
قشرة ليمونة مرقدة مقطعة إلى أربع
10 زيتونات مرقدة
ملح

يوضع الدجاج صحيحا أو قطعا في الطاوة مع الحوايا. يملح، ويضاف إليه الزيت، والزبدة، والزنجبيل، والبصيلة الصحيحة، والثوم المهروس، والزعفران، وكأسان من الماء.
يوضع على النار ويغطى . وبعد الغليان يقلّب الدجاج، ويحرك من أجل خلط التوابل، ويترك ليطبخ على نار معتدلة الحرارة. تراقب تقّلية، المرقة، ويزاد فيها قليل من الماء عند الاقتضاء. يقلّب الدجاج من حين لآخر لكي يتشبع جيدا بالمرقة. تخرج البُصيلة حينما تنضج ويحتفظ بها. عندما ينضج الدجاج، أي حينما يسهل نتش لحمه بالأصابع، يضاف إليه الزيتون، وقشرة الليمون المرقِد المقطوعة قطعا.
يترك ليتقلّى بضع دقائق. يتحقق أنه أخذ نصيبه من الملح والتوابل.
ثم تؤخذ قطعة صغيرة من كبد الطير والبُصيْلة المحتفظ بها، وتطحن مع قليل من المرقة، إما في المازجة، أو في مطحنة الخضر بشبكتها ذات العيون الدقيقة جدا.
يصب هذا الخليط في الطاوة من جديد. يترك ليغلي، ثم يرفع عن النار عند الحصول على مرقة ثخينة. يوضع الدجاج في صحن مستدير، ويصفف فوقه الحوايا، وقطع الليمون المرقد، والزيتون. تخلط المرقة شديدا بإدارة الطاوة، ويصب هذا الخليط المعسل على الدجاج ويقدم حاميا جدا.

ملحوظة : استعمال البصل اختياري، إذ لا يوجد مبدئيا في الوصفة التقليدية.

الدجاج « مقلّي » بالليمون المرقد (إعداد آخر)

المقادير لدجاجتين زنة الواحدة 3 أرطال تقريبا (انظر اختيار الدجاج وطريقة غسله في الصفحة 65).
ملعقة قهوة من الزنجبيل
ملعقة موخا من الزعفران
(الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
مغرفة من زيت الكاوكاو
ملعقة حساء من زيت الزيتون
بصلتان مقطعتان شرائح
فص ثوم مهروس
قشرة ليمونة مرقدة مقطعة إلى أربع
10 زيتونات مرقدة
ملح

ينضج الدجاج صحيحا أو قطعا ، مغطى، مع الزيت، والبصل، والثوم، والملح، والتوابل، وكأسين من الماء، والحوايا. عندما يداني الدجاج النضج، يضاف الليمون المرقد المقطع إلى أربع والزيتون المرقد.
يترك ليتقلّى حتى الحصول على مرقة ثخينة. وعندئذ يرفع عن النار.
يوضع الدجاج في صحن مسخن، ويصفف فوقه الليمون المرقد، والزيتون، والحوايا وتصب المرقة على الجميع.
(انظر تفاصيل إنضاج الدجاج في الوصفة الأولى لإعداد الدجاج « مقلّي »).

الدجاج بالباذِنّجان المقلي

المقادير لدجاجتين زنة الواحدة 3 أرطال تقريبا (انظر اختيار الدجاج وطريقة غسله في الصفحة 65).

3 كلغ من الباذنجان
ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالزنجبيل
ملعقة موخا من الزعفران
(خليط من الزعفران الحر والزعفران العادي)
مقدار ثلاثة أرباع مغرفة من زيت الكاوْكاوْ
فص ثوم مهروس
مقدار نصف كأس شاي من عصير الليمون الحامض (للدجاج)
مقدار نصف كأس أو ملء كأس من عصير الليمون الحامض للباذنجان
ملح
ملعقة قهوة من الطحين

يغسل الباذِنّجان ، وتقطع عراجينه، وتقسم شطرين، ثم توضع في الماء المملح، ويحتفظ بها إلى حين. يقشر الباذنجان بالطول، مع الاحتفاظ له بقشرة عرضها 2 سنتم بين المساحة المقشورة أولا والتي تليها، وهكذا تفصل مساحة غير مقشورة بين مساحتين مقشورتين فصلا متساويا. يقطع الباذنجان دوائر، سُمْك الدائرة 2 سنتم. تصفف الدوائر في صحن، ويذر عليها الملح الرقيق أولا بأول لكي لا تسوَدّ.

تقلى هذه الدوائر من جهتيها في الزيت الغليان، ثم تترك ليقطر منها الزيت ويحتفظ بها إلى حين. ومن جهة أخرى ، يقطع الدجاج قطعا، ويوضع مع الحوايا في طاوة. يملح ، ويزاد عليه الثوم، والزعفران، والزنجبيل، والزيت. يغطى بكأسين كبيرتين من الماء.

ينضج مغطى على نار معتدلة الحرارة، ويقلب الدجاج من حيْن لآخر.

يزاد الماء في أثناء الطهي إن اقتضى الحال. عندما ينضج الدجاج، ويسهل نتش لحمه بالأصابع، يخرج من الطاوة. تقطر عراجين الباذنجان من الماء، وترمى في الطاوة التي ما زالت على النار. يزاد قليل من الماء في المرقة الثخينة لكي لا تسوَدّ العراجين. عندما تنضج هذه العراجين، يضاف إليها نصف كأس عصير الليمون، وملعقة قهوة من الطحين المطلوق في قليل من الماء لتعقيد المرقة أكثر. يترك ليغلي، ويتحقق من مقدار الملح والتوابل، ويرفع عن النار بعدما تصبح المرقة ثخينة.

توضع دوائر الباذنجان في مقلاة، وتعرك وتحمّر على النار، ثم تقطر في مصفاة بالضغط عليها لاستخراج زيتها الزائد . توضع من جديد في مقلاة على النار، ويضاف إليها نصف كأس أو كأس شاي من عصير الليمون الحامض بحسب الذوق، يخلط جيدا ، ويتذوق الملح والتوابل. ثم يطرح من النار.

يوضع الدجاج المسخن في مرقة في صحن وتصب حوله المرقة، ثم يوضع الباذنجان من فوق. يقدم حاميا جدا.

الدجـــاج بالجـــزَر

المقادير لدجاجتين زنة الواحدة 3 أرطال (انظر اختيار الدجاج وطريقة غسله في الصفحة 65).

3 كلغ من الجزر
1/2 1 مغرفة من الزيت
ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالزنجبيل
ملعقة موخا من الزعفران
(خليط الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
فص ثوم مهروس
حفنة بقدونس مفروم
كأس شاي من عصير الليمون الحامض
15 زيتونة، مرقدة
قشرة ليمونتين مرقدتين
ملح

يقطع الجزر فرمات، كما تقطع سلاطة الخضر المقدونية، تغسل وتترك ليقطر منها الماء. يقطع الدجاج قِطَعا، ويوضع في طاوة مع الحوايا، يملح، ويضاف إليه الزنجبيل، والزعفران، والثوم المهروس، والزيت، وكأسان من الماء.
يوضع على نار معتدلة الحرارة، يغطى. وبعد بضع غليات، يحرك من أجل خلط التوابل، ثم يرمى الجزر في الطاوة التي بقيت على النار، يذر عليه الملح وحفنة من البقدونس المفروم. ينضج مغطى . يزاد فيه الماء أثناء الطهي إن اقتضت الحال.
عندما ينضج الدجاج والجزر، يضاف إليه قشر الليمون المرقد المقطع إلى أربع، والزيتون، وعصير الليمون الحامض. يترك ليتقلّى حتى الحصول على مرقة ثخينة، ثم يرفع عن النار.
توضع قطع الدجاج في صحن، ويصب عليها الحوايا والجزر ، وتزين بالزيتون والليمون المرقد. يقدم ساخنا جدا.

ملحوظة : يتطلب نضج الدجاج والجزر في الغالب نفس الوقت، وقد يحدث أن ينضج الجزر قبل الدجاج، عندئذ يخرج الجزر ويحتفظ به في مصفاة، ويبقى الدجاج ليطبخ في المرق. وعندما ينضج الدجاج جيدا، يرمى الجزر من جديد في الطاوة ، ويضاف إليه عصير الليمون الحامض، والزيتون، والليمون المرقد.

الدجاج بالطماطم والعسل

المقادير لدجاجتين زنة الواحدة 3 أرطال تقريبا
5 كلغ من الطماطم
300 غرام من الزبدة
ملعقة قهوة مملوءة جيدا من الإبزار
ملعقة موخا من الزعفران
(خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
بصلتان مبشورتان
6 ملاعق حساء من العسل الجامد
ملعقة حساء مملوءة جيدا من القرفة
150 غرام من اللوز
ملعقة حساء من الجلجلان (السمسم) المحمص
ملح

تقشر الطماطم، وتقلع منها الزريعة، وتقطع قِطَعا (لا تطحن الطماطم أبدا في طاحونة الخضر). يوضع الدجاج صحيحا أو مقطعا في طاوة مع الحوايا. يصب عليه الطماطم. يملح، ويضاف إليه الزبدة ، والإبزار، والزعفران، والبصل المبشور. ينضج مغطى على نار معتدلة الحرارة، مع التحريك في استمرار.
عندما ينضج الدجاج، ويسهل نتش لحمه بالأصابع، يخرج ويحتفظ به إلى حين. تترك الطاوة على النار. تبقى الطماطم لتتقلّى إلى أن يتبخر منها الماء تماما، وتظهر زبدة الطبخ من جديد . نحصل عندئذ على نوع من مُصاص الطماطم. يُنْتبه إلى التحريك في استمرار بكشط قعر الطاوة بمِرْغَاة حتى لا يتلصق الطماطم بالقعر. يترك حينئذ ليتقلّى بضع دقائق في زبدة الطبخ، ثم يضاف إليه العسل والقرفة. يخلط ويعاد وضع الدجاج في الطاوة، ويترك ليتشبع بهذه المرقة مع تقليبه. ثم يرفع الكل عن النار. ومن ناحية أخرى، وقبل تقديم الطعام ببضع دقائق، يقلى اللوز المقشور في الزيت. يوضع الدجاج المسخن في صحن، ويصب مُصاص الطماطم من فوقه ، ويزين باللوز، وبحب الجلجلان المحمص. يقدم على الفور.

الدجاج بـ « مَسّ لَاللَّة » (الزيتون المهروس)

المقادير لدجاجتين زنة الواحدة 3 أرطال تقريبا (انظر اختيار الدجاج وطريقة غسله في الصفحة 63).

1½ كلغ من زيتون «مسّ لا للّة» (انظر الصفحة 11)
ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالزنجبيل
ملعقة موخا من الزعفران
(خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
فص ثوم مهروس
مقدار ثلاثة أرباع مغرفة من زيت كاوكاو
ملعقة حساء من الفلفل الأحمر الحلو
ملعقة قهوة من الكمون
كأس شاي من عصير الليمون الحامض (يزاد أو ينقص من هذا المقدار بحسب الذوق)
ملح

يزال النوى من الزيتون، ويغلّى ثلاث مرات على التتابع، مع تبديل الماء الذي غلي فيه الزيتون كل مرة. يملح ماء الغلية الثالثة. يخرج الزيتون ويترك ليقطر، ويضغط عليه في لطف لإخراج مائه. يحتفظ به إلى حين.

ومن جهة أخرى، يقطع الدجاج، وتوضع القطع في الطاوة مع الحوايا. يملح، ويزاد فيه الزنجبيل، والزعفران، والثوم المهروس، والزيت، يسقى بكأسين كبيرتين من الماء. ينضج مغطى على نار معتدلة الحرارة، مع تقليب الدجاج عدة مرات. يزاد فيه الماء أثناء الطبخ عند الاقتضاء.

تخرج قطع الدجاج عندما تنضج، وتودع جانبا. يقلّى الطبيخ حتى الحصول على مرقة ثخينة، ثم يضاف إلى هذه المرقة، التي لا تزال على النار، الفلفل الأحمر الحلو، والكمون، وعصير الليمون الحامض. يخلط الكل، ويضاف إليه الزيتون . يترك ليغلي. ثم يقلّى حتى الحصول على مرقة ثخينة جدا. عندئذ يتذوق الملح والتوابل، وترفع الطاوة عن النار. وعند تقديم الطعام، يسخن الدجاج والزيتون في الطاوة، ثم يوضع الدجاج في صحن ، ويصب عليه الزيتون.

الدجاج « معمّر » (المحشو) بالكُسْكُس

3 زلافات من الكسكس للحشوة
(انظر الإعداد في الصفحة 32)
ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالإبزار
ملعقة موخا من الزعفران
(خليط من الزعفران الحر المدقوق
والزعفران العادي)
عود قرفة
بصلتان مبشورتان
150 غرام من الزبدة
ملعقة حساء من القرفة المدقوقة
4 ملاعق حساء من العسل الجامد
ملح

يحتفظ بالدجاج صحيحا، ومن أجل إفراغ الدجاج، تشق تحت الصدر فتحةً صغيرة بالطول. ينزع العنق من غير أن يمزق جلده، ثم يغسل الدجاج كالعادة.

وبعد أن يقطر من مائة جيدا، يعمر باطنه، حتى الأعماق بحشوة الكسكس .ثم تخاط الفتحة التي تحت الصدر. يربط جلد العنق جيدا بخيط، ثم يكتف الدجاج.

توضع الطيور في الطاوة، تملح، ويضاف إليها الإبزار، والزعفران، وعود القرفة، والزبدة، والبصلتان المبشورتان. يسقى بكأسين كبيرتين من الماء.

ينضج مغطى، مع تقليب الدجاج من حين لآخر في لطف وعناية من غير أن يثقب جلده. يزاد الماء في أثناء الطبخ إن دعت الحاجة.

وعندما ينضج الدجاج، يضاف إليه 4 ملاعق حساء من العسل، وملعقة حساء من مسحوق القرفة . يخلط ، ويترك ليتقلّى، ولا يرفع عن النار إلى أن يتحمر الدجاج، وحتى الحصول على مرقة ثخينة. يقدم ساخنا جدا.

ويقدم معه على حدة صحنان صغيران فيهما حشوة الكسكس.

الدجاج « مَشربَل » المقلي بالبيض

المقادير لدجاجتين زنة الواحدة 3 أرطال تقريبا (انظر اختيار الدجاج وطريقة غسله في الصفحة 65).
ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالإبزار
ملعقة موخا من الزعفران (خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي).
بصلتان مبشورتان
عود قرفة
150 غرام من الزبدة
حفنة من البقدونس المفروم
مقدار نصف كأس شاي من عصير الليمون الحامض
8 بيضات وفيها يخلط :
3 بطاطات متوسطة طابت مع الدجاج وحولت إلى عصيدة
حفنة بقدونس مفروم
مقدار نصف ملعقة قهوة من الفلفل الأحمر الحلو
مقدار رأس سكين من الكمون
ملعقة قهوة من مسحوق القرفة
عصير ليمونة حامضة
ملح

يوضع الدجاج صحيحا أو مقطعا في طاوة مع سِقْطِه (الحوايا). يضاف إليه البصل المبشور، والزبدة، وعود القرفة، والإبزار والزعفران. يملح. يزاد فيه 3 كؤوس كبيرة من الماء، والبطاطات الثلاث صحيحة التي تخرج من الطاوة بعد أن تنضج . يطبخ مغطى على نار معتدلة الحرارة مع تقليب الدجاج بين الفينة والأخرى. يضاف إليه الماء إن اقتضت الضرورة ذلك.
عندما ينضج الدجاج ويسّهل نتش لحمه بالأصابع. يزاد فيه حفنة البقدونس المفروم. ثم يخرج الدجاج من الطاوة. وتقلّى المرقة إلى أن تصير ثخينة.
ومن جهة أخرى، تطحن البطاطا الساخنة في طاحونة الخضر. تخلط الثماني بيضات المخفوقة بحفنة البقدونس المفروم. يملح الخليط. ويزاد فيه القرفة. والكمون. والفلفل الأحمر الحلو.
وقبل تقديم الطعام بعشرين دقيقة. يسخن الدجاج. يوضع مقدار مغرفتين من الزيت و 100 غرام من الزبدة في مقلاة. ويترك حتى يغلي - ثم يخرج الدجاج من مرقته، ويغمس ساخنا في خليط البيض والبطاطا. ويقلّى من جميع جهاته في الزيت الغليان. ويصنع من ما بقي من البيض نوع من الفطائر الصغيرة المقلية بأن يصب بالتتابع ملاعق حساء من هذا الخليط في المقلاة. تقلب هذه الفطائر وتنضج من وجهيها.
وعندما يقلى الكل. يوضع الدجاج في صحن. ويصفف عليه الحوايا والفطائر. تسخن المرقة . ويزاد فيها عصير الليمونة الحامضة. تترك المرقة حتى تغلي ثم تصب على الدجاج . يقدم الطعام على الفور.

الدجاج « مدَرْبَل »

تعدّ دجاجتان وزن الواحدة 3 أرطال تقريبا. كما أشير إلى ذلك في وصفة الدجاج مقلّي (الإعداد الأول). لكن من غير أن يضاف إليه الزيتون والليمون المرقد.

ومن جهة أخرى، هاكم المقادير لإعداد القرع الأحمر المحول إلى عصيدة مُسَكَّرة.

6 كلغ من القرع الأحمر
مغرفة زيت
300 غرام من سنيدة
ملعقة حساء مملوءة جيدا بالقرفة المدقوقة
ملح

يقطع القرع شرائح رقيقة جدا سُمْك الشريحة من 2 إلى 3 ملم
توضع في طاوة، من غير ماء، على نار معتدلة الحرارة.
يطبخ القرع مع تحريكه مرارا، ويكشط قعر الطاوة بِمِزْغَاة لكي لا يلصق به القرع.
وبعد تبخر الماء كله تماما، والحصول على عصيدة ناشفة جدا من القرع، يملح خفيفا، ويضاف إليه مسحوق السكر والزيت، ويحمّر إلى أن تتخذ هذه العصيدة لون « الكراميل ». تدوم عملية التحمير ساعة كاملة، عندئذ يخلط القرع بالقرفة، ويواصل التحريك إلى أن تظهر زيت الطبخ من جديد ، ثم يرفع عن النار ويقطر لا ستخراج الزيت الزائد منه.
وعند تقديم الطعام، يسخن الدجاج، ويوضع في صحن ، ويجعل من فوقه عصيدة القرع، وتصب عليه المرقة.
يمكن الاحتفاظ بعصيدة القرع عدة أيام، كما يمكن أن تؤكل وحدها من دون أن تسخن كلون من ألوان المربّى.

الدجاج « مقدّم أو صويري » (بالبيض)

المقادير لدجاجتين زنة الواحدة 3 أرطال تقريبا (انظر اختيار الدجاج وطريقة غسله في الصفحة 65).

ملعقة قهوة من الإبزار
ملعقة موخا من الزعفران (خليط الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
250 غرام من الزبدة
بصلتان مبشورتان
عود قرفة
حفنة بقدونس مفروم

نصف كأس شاي من عصير الليمون الحامض
12 بيضة صحيحة يخلط بها :
ملعقة قهوة من مسحوق القرفة
نصف ملعقة قهوة من الإبزار
رأس سكين من الكمون
ملح

يقطع الدجاج قِطَعا صغيرة من حجم نصف فخذ الدجاجة. توضع القطع في الطاوة مع الحوايا، تملح ، وتغطى بكأسين كبيرتين من الماء، ويضاف ، الزبدة، والبصل المبشور، وعود القرفة، والإبزار والزعفران.
يخلط الكل، وينضج مغطى على نار معتدلة الحرارة مع تقليب القطع من حين لآخر وإضافة الماء إذا دعت الضرورة.

عندما ينضج الدجاج، يضاف إليه البقدونس المفروم، وعصير الليمون الحامض . ويترك ليتقلّى حتى الحصول على مرقة ثخينة، يخرج عود القرفة.
ومن جهة أخرى، يخفق البيض خفقا خفيفاً ويخلط به الملح، والإبزار، والكمون، والقرفة ثم يحتفظ به إلى حين.
وقبل تقديم الطعام بعشرين دقيقة، يسخن الدجاج في طاجن مع نصف المرق (يحتفظ بالنصف الباقي إلى حين). وعندما يسخن الدجاج جيداً، يصب عليه البيض المخفوق ، ويُذَرُّ فوقه قليل من الفلفل الأحمر الحلو. يوضع الطاجن في فرن ساخن مدة 10 إلى 15 دقيقة. بعدئذ يخرج الطاجن من الفرن، وتصب فيه المرقة الباقية المسخنة. يقدم في الحال.

الدجاج بالبرقوق والعسل

المقادير لدجاجتين وزن الواحدة 3 أرطال تقريبا (انظر اختيار الدجاج وطريقة غسله في الصفحة 65).

- 500 غرام من البرقوق
- ملعقة حساء من الجلجلان (السّمسم) المحمص
- 200 غرام من اللوز
- ملعقة حساء مملوءة جيدا بالإبزار
- ملعقة موخا من الزعفران (خليط الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي).
- عود قرفة
- بصلتان مبشورتان
- 200 غرام من الزبدة
- ملعقة قهوة مملوءة جيداً من مسحوق القرفة
- 4 ملاعق حساء من العسل الجامد
- ملح

يكتّف الدجاج، ويوضع مع سقطه (الحوايا) في طاوة، ثم يملح، ويضاف إليه، الإبزار، والزعفران، وعود القرفة، والبصل المبشور والزبدة. يسقى بكأسين كبيرتين من الماء.

يطبخ مغطى على نار معتدلة الحرارة، ويقلّب الدجاج من حين لآخر. يزاد فيه الماء في أثناء الطبخ إن دعت الحاجة إلى ذلك.

عندما ينضج الدجاج، ويسهل نتش لحمه بالأصابع، يخرج من الطاوة ويحتفظ به.
يغسل البرقوق المجفف ، ويرمى في الطاوة التي ما زالت على النار وبعد 15 دقيقة، يضاف إليه القرفة والعسل. يقلّى حتى الحصول على مرقة معسلة. يتذوق الملح والتوابل، ويعاد الدجاج إلى الطاوة من جديد، مع العناية أن لا يُسْحَق البرقوق. يرفع عن النار.

ومن جهة أخرى، يقشر اللوز، ويقلّى في الزيت قبل تقديم الطعام ببضع دقائق، ويحمص حب الجلجلان (السمسم) في الفرن.

وعند تقديم الطعام، يسخن الدجاج ولا يقلّى المرق أكثر . يوضع الدجاج في صحن ويصفف عليه البرقوق . ثم يصب من فوقه المرق، ويزين باللوز المقلي وحب الجلجلان (السمسم). يقدم فوراً.

الدجاج بالبصل المُسَكّر « قَمامَة »

المقادير لدجاجتين وزن الواحدة 3 أرطال تقريبا (انظر اختيار الدجاج وطريقة غسله في الصفحة 65).

4 كلغ من البصل

1 كلغ من الطماطم (اختياري)

ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالإبزار

ملعقة موخا من الزعفران (خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي).

250 غرام من الزبدة

4 إلى 5 ملاعق حساء مملوءة جيدا من مسحوق السكر.

ملعقة حساء مملوءة جيدا بمسحوق القرفة

عود قرفة

ملح

يقطع الدجاج قطعا. ويوضع مع الحوايا في الطاوة. يملح، ويزاد فيه الزعفران، والإبزار، والزبدة وعود القرفة، وشرائح بصلة واحدة . يسقى بكأس كبيرة من الماء. يترك ليغلي بضع دقائق على نار معتدلة الحرارة، تخلط التوابل جيدا. ويضاف إليها البصل المقطع دوائر من سُمْك 1 سنتم. والطماطم المقشور المقلوع الزريعة والمشطور شطرين. وبعد بِضْع غليات، تخرج قطع الدجاج من الطاوة وتوضع في صحن يتناسب حجمه وسَعَة الفرن. يزاد، حالا، في الطاوة التي ما زالت على النار، السكر ومسحوق القرفة. يخلط . تصفف دوائر البصل وقطع الطماطم على الدجاج، ويصب المرق من فوقه. ينضج في الفرن ، ويسقى بالمرق من حين لآخر.

عند نهاية الطهي، يصب المرق في طنجرة، ويقلّى حتى الحصول على مرق معسل.عندما ينضج الدجاج، ويتحمر البصل ويتكرمل (أي يتخذ لون الكراميل) وجهه يرفع عن النار.

يوضع الدجاج في صحن ويغطى بالبصل ويصب عليه المرق. يقدم الطعام في الحال.

الفـراخ المحشـوة بالكسكس

المقادير لـ 10 فراخ حمام

6 زلايف تقريبا من الكسكس للحشوة (انظر الإعداد في الصفحة 32).

ملعقة حساء من الإبزار

ملعقة موخا من الزعفران (خليط الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي).

150 غرام من الزبدة

بصلتان مبشورتان

عود قرفة

4 إلى 5 ملاعق حساء من العسل الجامد

ملعقة حساء مملوءة حتى الشفة من مسحوق القرفة

ملح

تختار فراخ فتية وسمينة، ولإفراغها، تشق بالطول فتحة تحت الصدر، ومن جهة أخرى، تنزع القانصة والعنق من غير أن يمزق الجلد، وتغسل الفراخ بعد أن تغمس في الملح. تُشَلَّل (تغسل خفيفا) الفراخ جيدا، وتترك ليقطر منها الماء. وعندئذ يدخل في جوفها قليل من حشوة الكسكس. لا تملأ الفراخ كثيرا بالحشوة لكي لا تنفجر أثناء الطبخ . تخاط الفتحة ويربط جلد العنق بعناية.

توضع الفراخ في طاوة. تملح ، ويزاد الإبزار، والزعفران، والزبدة، والبصل المبشور وعود القرفة. يسقى بكأسين كبيرتين من الماء. ينضج مغطى مع تقليب الفراخ من حين لآخر في حِذق ولطف خشية أن تثقب.
عندما تنضج الفراخ، يضاف إليها العسل ومسحوق القرفة. يترك المرق ليتقلّى، وتقلّب الفراخ بين الحين والحين لكي تتحمر جيدا. يرفع عن النار عند الحصول على مرقة ثخينة.
تجعل الفراخ في صحن، وتصب عليها المرقة، وتقدم إلى الطاعمين. يقدم على حدة، في صحنين صغيرين، حشوة الكسكس المسخنة.

الفراخ مشوية على جمر الفحم

المقادير لـ 10 فراخ حمام
للطهـــي :
ملعقة حساء من الفلفل الأحمر الحلو
ملعقة قهوة مملوءة حتى الشفة من الكمون
100 غرام من الزبدة
فص ثوم مهروس
ملح

توضع الفراخ في طاوة. تملح ، ويضاف إليها الزبدة، والفلفل الأحمر الحلو، والكمون، والثوم المهروس. تسقى بكأسين من الماء. يطهى مغطى على نار معتدلة الحرارة.
عندما تنضج الفراخ، تخرج من الطاوة واحدا واحدا للتحقق من نضجها، وتترك المرقة لتتقلّى تماما. ثم ترفع عن النار.

للشواء.
يخلط بالمرقة التي تقلت وبردت :
ملعقة قهوة من الفلفل الأحمر الحلو
نصف ملعقة قهوة من الكمون
تدهن الفراخ بهذا الخليط

وقبل تقديم الطعام بخمس عشرة دقية، تسلك الفراخ في سفافيد، أو تصفف على مشواة، وتشوى في المجمر على جمر الفحم المتقد. يقدم ساخنا.

الفراخ « قدرة » باللوز (تويمِيّة)

المقادير لـ 10 فراخ حمام
ملعقة قهوة مملوءة جيدا من الإبزار
ملعقة موخا من الزعفران (خليط الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي).
250 غرام من اللوز
2 كلغ من البصل
200 غرام من الزبدة
حفنة بقدونس مفروم
ملح

تغسل الفراخ وتوضع صحيحة في طاوة. تملح، ويضاف إليها الإبزار، والزعفران، والزبدة، وبصلتان مقطعتان شرائح، واللوز المقشور. يسقى بكأسين من ماء.
يطبخ مغطى، مع تقليب الفراخ من حين لآخر، وفي أثناء الطبخ، يزاد فيه قليل من الماء عند الضرورة. وعندما تصير الفراخ ناضجة وطرية جدا، تخرج من المرق الواحد بعد الآخر للتأكد من نضجها، ويضاف إلى المرقة، التي لا تزال على النار، بقية البصل المقطع شرائح ، والبقدونس المفروم، وقليل من الملح ، وقبصة زعفران. تحرك الطاوة لكي يخلط الطبيخ جيدا. وعندما ينضج البصل من غير أن يذوب، يتذوق الملح والتوابل، ويرفع عن النار.
تصفف الفراخ في صحن ، ويوضع فوقها اللوز والبصل، ويقدم هذا الطعام في الحال.

ملحوظة : تكون مرقة القدرة أقل ثخونة من مرقة الطاجين المقلّى.

الديك الهندي (بيبي) المحشو بالكسكس

المقادير لفرخ ديك هندي من وزن 3 كلغ (يغسل بنفس طريقة غسل الدجاج، انظر الصفحة 65).

3 زلافات من الكسكس للحشوة (انظر الإعداد في الصفحة 32).
ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالإبزار
ملعقة موخا من الزعفران (خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي).
بصلة كبيرة مبشورة
عود قرفة
150 غرام من الزبدة
3 إلى 4 ملاعق حساء من العسل الجامد
ملعقة حساء من مسحوق القرفة
ملح

تلزم العناية أول الأمر باختيار فرخ ديك هندي فتيّ. ولإفراغه تشق بالطول فتحة تحت الصدر. ينزع أيضا القانصة، ثم العنق من غير أن تمزق الجلدة. يغسل الطير جيدا بالماء والملح. ثم يُشَلَّل (يغسل خفيفا)، ويترك ليقطرَ منه الماء. بعد أن يقطر ماؤه، يدخل في جوفه حتى الأعماق المقدار اللازم لملئه من حشوة الكسكس . تخاط الفَتْحَة التي شقت تحت الصدر، وتربط جلدة العنق بخيط في عناية، ويكتف الطير.
يوضع الديك الهندي في طاوة. يملح، ويضاف إليه الإبزار، والزعفران، وعود القرفة والبصل المبشور، والزبدة، ثم يسقى بثلاث كؤوس ماء.
يطبخ مغطى على نار معتدلة الحرارة، مع تقليب الطير من حين لآخر في حذق ولطف من غير أن تثقب الجلدة. يزاد الماء في أثناء الطبخ عند الحاجة. وعندما ينضج الديك ، يضاف إليه العسل الممزوج بمسحوق القرفة، وتترك المرقة لتتقلّى، ثم ترفع عن النار عندما تصير ثخينة، ويتحمر الديك ، ويتشبع بالمرق.
يوضع الديك الهندي في صحن، ويصب علىه المرق، ويقدم ساخنا جدا. يقدم معه على حدة حشوة الكسكس في صحنين صغيرين.

الديك الهندي (بيبي) « محمر »

المقادير لفرخ ديك هندي من وزن 3 كلغ تقريبا
ملعقة حساء مملوءة جيدا بالفلفل الأحمر الحلو
ملعقتا (2) قهوة مملوءتان حتى الشفة من الكمون
فصّا ثوم مهروسان
بُصَيلة صحيحة
200 غرام من الزبدة
باقة صغيرة مربوطة من الكسبرة
ملح

يغسل الديك الهندي بنفس طريقة غسل الدجاج.
يوضع في طاوة مع الحوايا. يملح، ويضاف إليه الفلفل الأحمر الحلو، والكمون، والثوم المهروس ، والبصيلة، والزبدة، وباقة الكسبرة الصغيرة المربوطة التي تخرج من الطاوة عند نهاية الإنضاج. يسقى بين الحين والحين من مرقه حتى يتشبع به جيدا. يزاد فيه الماء أثناء الطبخ إن دعت الضرورة إلى ذلك. تخرج البصيلة فور نضجها ويحتفظ بها جانبا.
عندما يسهل نتش لحم الديك بالأصابع، تطحن البصيلة المحتفظ بها مع قطعة صغيرة من كبد الطير، وقليل من المرق، في المازجة (ميكسير) أو في طاحونة الخضر بشبكتها الأكثر دقة . يطلق مقدار ملعقة قهوة من الطحين في هذا الخليط الذي يصب في الطاوة من أجل تعقيد المرقة. يتحقق أن الطبيخ قد أخذ نصيبه من الملح والتوابل، ويرفع عن النار حين الحصول على مرقة ثخينة.
وقبل تقديم الطعام بعشرين دقيقة، تسخن 100 غرام من الزبدة ممزوجة بمغرفة زيت في مقلاة . ويحمر الديك الهندي من جميع جهاته في هذا الإدام.
يوضع الديك في صحن مسخن. تسخن المرقة ولا تقلّى أكثر. يضاف إليها ملعقتا (2) حساء من زيت التحمير. يخلط الطبيخ بإدارة الطاوة، ويصب هذا المائع المعسل فوق الديك الهندي. يقدم فوراً.

الصيــد

الحجل « محمّر » (مقلي)

المقادير لـ 6 حجلات

بصلة واحدة
نصف ملعقة قهوة من الكمون
ملعقة قهوة من الفلفل الأحمر الحلو
نصف ملعقة قهوة من الزنجبيل
نصف ملعقة قهوة من الإبزار
ملعقة موخا من الزعفران
(خليط من الزعفران الحر المدقوق
والزعفران العادي)

باقة صغيرة مربوطة
من الكسبرة والبقدونس
ملعقتا (2) حساء من زيت
الكاوكاو
ملعقة قهوة من الطحين
فص ثوم
150 غرام من الزبدة
ملح

يقشر الثوم والبصل، ويقطع قطعا، ويدق في المهراس مع القدر الكافي من الملح لتمليح الحجل. تخلط هذه المواد بالتوابل المذكورة أعلاه. يقطر الحجل من الماء ويمسح بقطعة ثوب نظيفة. ويدهن بهذا الخليط من الباطن والظاهر.

يصب الزيت والزبدة في الطاوة التي تنصب على نار هادئة. يترك ليسخن.

يحمر الحجل في هذا الإدام، مع تقليبه لكي يتشبع بالتوابل سَوِيّاً.

وبعد بضع دقائق، يسقى الطبيخ بكأسين كبيرتين من الماء، ويلقى فيه باقة الكسبرة والبقدونس المربوطة التي يلزم إخراجها عند نهاية الطبخ.

ينضج مغطى على نار معتدلة الحرارة، ويراعى تقليب الحجل مراراً. إذا دعت الضرورة زيد الماء في الطاوة أثناء الطبخ

عندما ينضج الحجل ويسهل نتش لحمه بالأصابع، يترك ليتقلّى حتى الحصول على مرقة ثخينة. عندئذ يخرج الحجل من الطاوة، ومن أجل تعقيد المرقة - التي لا تزال على النار - يزاد فيها ملء ملعقة قهوة من الطحين مطلوق في قليل من الماء . يترك المرق ليغلي، ثم يطرح من النار.

وقبل تقديم الطعام بعشرين دقيقة ، يسخن 100 غرام من الزبدة ممزوجة بمغرفة زيت في مقلاة. يحمّر الحجل من جميع جهاته في هذا الإدام الساخن جدا.

يصفف الحجل في صحن ساخن، وتسخن المرقة، ويزاد فيها ملعقتا (2) حساء من زيت التحمير، وتخلط جيدا بإدارة الطاوة، ويصب هذا المائع الثخين فوق الحجل. يقدم في الحال.

الحجل « قدرة » باللوز (تويميّة)

المقادير لـ 6 حجلات

ملعقة قهوة مملوءة جيدا من الإبزار
ملعقة موخا من الزعفران (خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي).
200 غرام من اللوز
1 1/2 كلغ من البصل
200 غرام من الزبدة
حفنة بقدونس مفروم
ملح

يغسل الحجل بعدما يُفرّغ، يغمس في الملح ثم يشلل (يغسل خفيفا) ويقطر من الماء.
يوضع الحجل صحيحا في طاوة. يملح ، ويضاف إليه الإبزار، والزعفران، والزبدة، وبصلتان مقطعتان شرائح ، واللوز المقشور يسقى بكأسين كبيرتين من الماء.
ينضج مغطى، مع تقليب الحجل بين الفينة والأخرى. يزاد فيه قليل من الماء أثناء الطبخ عند الاقتضاء.
عندما ينضج الحجل ويصير طريا، يخرج من الطاوة. يزاد في المرقة التي ما زالت على النار، بقية البصل المقطع شرائح، والبقدونس المفروم، وقليل من الملح وقبصة من الزعفران. تحرك الطاوة من أجل أن يخلط الطبيخ جيدا. عندما ينضج البصل ويبقى مُتَماسِكا، يتذوق الملح والتوابل، وترفع الطاوة عن النار.
يصفف الحجل في صحن ، ويجعل فوقه اللوز والبصل. ويقدم فورا.
ملحوظة : تكون المرقة قدرة أقل ثخونة من مرقة الطاجين مقلّي.

الأرنب الوحشية « مرُوزِيَّة » (طعام حلو مُسَكّر)

المقادير لإعداد أرنب كبيرة

150 غرام من الزبيب
150 غرام من اللوز
ملعقة حساء مملوءة جيدا برأس الحانوت (انظر الفصل الخاص بالتوابل صفحة 8).
ملعقة قهوة مملوءة حتى الشفة من الإبزار
ملعقة موخا من الزعفران (خليط الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
بصلتان مبشورتان
150 غرام من الزبدة
ملعقة قهوة من القرفة
4 ملاعق حساء من العسل الجامد

يشق بطن الأرنب الوحشية ويفرغ ، ثم تغسل بالماء والملح، وتترك ليقطر منها الماء. تخلط التوابل، أي : رأس الحانوت، والإبزار، والزعفران، والقرفة. تدهن الأرنب جميعها بهذا الخليط.
يغسل الزبيب، ويقطر من الماء، ثم يمزج بما بقي من التوابل ويحتفظ به.
توضع الأرنب في طاوة، تملح ، ويضاف إليها الزبدة، واللوز المقشور، والبصلتان المبشورتان. يغطى الكل بالماء. تطبخ مغطاة، وتقلّب من حين لآخر. عندما تنضج الأرنب وتصير فتية، تخرج من المرق، ويزاد في الطاوة الزبيب والعسل، وتترك لتتقلّى حتى الحصول على مرقة معسلة.
توضع الأرنب في الطاوة من جديد، وتترك لتتقلّى في هذه المرقة مدة خمس دقائق كاملة لكي تتشبع الأرنب بالمرق. ترفع الطاوة عن النار.
يقدم هذا الطعام ساخنا.

الأرنب الوحشية « محمَّرة »

المقادير لأرنب كبيرة

ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالفلفل الأحمر الحلو
ملعقة قهوة مملوءة حتى الشفة بالكمون
فصا ثوم مهروسان
ملح
150 غرام من الزبدة
ملء ملعقة قهوة من الطحين
فلفل حرّيف مدقوق بحسب الذوق

يشق بطن الأرنب ويفرغ. ثم تغسل بالماء والملح، وتترك ليقطر منها الماء.

توضع الأرنب في طاوة ، تملح. يضاف إليها الكمون، والفلفل الأحمر الحلو، والزبدة، والثوم المهروس، وقليل من مسحوق الفلفل الحريف بحسب الذوق. تغطى بالماء. تنضج مغطاة مع تقليبها بين الحين والحين لكي تتشبع جيدا بالمرقة. عندما تنضج الأرنب ويسهل نتش لحمها بالأصابع، تخرج من المرقة. يزاد في الطاوة، التي ما زالت على النار، ملء ملعقة قهوة من الطحين المطلوق في قليل من الماء، تحرك سريعا، وتترك لتتقلّى حتى الحصول على مرقة ثخينة، فترفع عندئذ الطاوة عن النار. وقبل عشرين دقيقة من تقديم الطعام، تسخن 100 غرام من الزبدة ممزوجة بنصف مغرفة: من الزيت في مقلاة. تحمر الأرنب من جميع جهاتها في هذا الإدام .

توضع الأرنب في صحن ساخن. تسخن المرقة، ويزاد فيها ملء ملعقة حساء من زيت التحمير. يخلط المرق جيدا بإدارة الطاوة، ثم يصب فوق الأرنب. تقدم الأكلة فورا.

الحَلَــــزُون

إنه حلزون أصغر بكثير من حلزون « بُرْغُونيا ». إنه حلزون أبيض ذو دوائر سوداء. يتلذذ به عائما في مرقه الأسمر. مرق قوي، نافع لأوجاع المعدة؛ بيد أنه يلذع اللَّهَاة بحرافته.

المقادير لـ 4 إلى 5 كلغ من الحلزون

ملء ملعقة حساء من « حبة حلاوة » (أنيسون أخضر)
3 ملاعق حساء من الكرويا
5 ملاعق حساء من الصعتر
ملعقة حساء من الفلفل الأحمر الحلو
ملعقة قهوة من الشاي الأخضر
قطعتان من جذور العَرْقَسوس
غصنان من الشيبة
5 أغصان من النعنع
قشرة أترنجة
قشرة برتقالة
7 أو 8 فليفلات حريفة غير مدقوقة
3 أو 4 حبات من « المسكة البلدية » (الصمغ العربي) المدقوقة
ملح

يغسل الحلزون بماء وافر سبع مرات متتالية. يحك الحلزون، أول الأمر، أربع مرات بمقدار كبير من الملح، ثم يغسل ثلاث مرات بالماء الصافي. يخلط جيدا في جفنة. وعندما يصير ماء غسل الحلزون صافيا جدا، يرمى الماء ويترك الحلزون ليقطر.

ومن جهة أخرى، يوضع مقدار 5 إلى 6 ليترات من الماء في قدر كبيرة ، وتترك لتغلي ، ثم يملح الماء، وترمى فيه التوابل غير المدقوقة والأعشاب ، يخلط ، يُتْرك ليغلي بضع دقائق ، ثم يصب فيه الحلزون دفعة واحدة.

يطهى الحلزون مدة ساعة أو ساعة ونصف. عندما ينفصل الحلزون عن صدفته بصورة عادية ، ولا يبقى لحمه مطّاطيا، يتذوق الملح والتوابل، وترفع القدر عن النار. يقدم الحلزون في مرقة، ساخنا أو دافئا ، بحسب الذوق.

(يمكن الاحتفاظ به في مكان بارد مدة ثلاثة أو اربعة أيام).





اللحـــوم

القضبـــان

تشوى مختلف أنواع القضبان على الجمر المتقد. يلزم أن يوقد الفحم قبل نصف ساعة على الأقل من الشيّ.

الكفتة (قضبان اللحم المدقوق)

المقادير لخمسة عشر قضيبا تقريبا

رطل من لحم البقر أو لحم الغنم منزوع العظام

ملعقة قهوة مملوءة حتى الشفة بالقرفة } اختياري

غصن واحد أو غصنان من النعنع الطري } اختياري

100 غرام من شحم البقر أو من شحم الغنم

ملعقة قهوة مملوءة كمونا

ملء مِلعقتيْ قهوة من الفلفل الأحمر الحلو

قبصة من الفلفلة السودانية (فلفل حريف مدقوق)

باقة كبيرة من البقدونس

باقة كبيرة من الكسبرة

بصلة واحدة

ملح

يغسل البقدونس والكسبرة ثم يقطّر وتقص ذيوله بعناية. يقطع اللحم قطعا ويُفْرم مرة أولى وحده.

يقطع الشحم ويخلط باللحم المفروم، ويضاف البقدونس، والكسبرة، والبصل، والكمون، والفلفل الأحمر الحلو والفلفل الحريف إلى هذا الخليط . يملح ويفرم الكل مرتين أخريين.

يعجن هذا اللحم المفروم عجنا شديدا باليدين، ويترك ليرتاح مدة ساعة تقريبا. عندئذ يؤخذ مقدار بيضة دجاجة من هذا الفريم في اليد المبلولة خفيفا. يحاط السفود بهذا المقدار من الكفتة، مع إعطائها شكل أصبع طوله من 10 إلى 12 سنتم.

تلصق الكفتة جيدا بالسفود، وخاصة من طرفيها، لكي لا تدور حوله في أثناء الشيّ، تشوى الكفتة سريعا على جمر الفحم المتقد، مع إدارة السفود مرارا.

ينبغي أن لا تترك الكفتة على النار حتى تيبس. تقدم مصحوبة بالشاي المنعنع.

بُولْفاف (قضبان الكبد الملفوف في شحم رقيق)

المقادير لـ 15 قضيبا

1 كلغ من كبد الكبش أو العجل

ثِرب كبش (الشحم الرقيق الذي على الكرش والأمعاء)

ملعقتا قهوة مملوءتان جيدا بالكمون

3 ملاعق قهوة من الفلفل الأحمر الحلو

فلفل حريف مدقوق بحسب الذوق

ملح

ينزع الغشاء الذي يغطي الكبد. يغسل الكبد، ويقطع قطعا من سُمْك 3 سنتم . تشوى القطع شيا خفيفا على مشواة منصوبة على جمر متقد. تفرم قطع الكبد فرمات مكعبة، ضلع الفرمة الواحدة 2 سنتم.

يخلط الملح بالكمون، والفلفل الأحمر الحلو، والفلفل الحريف، وتتبل فرمات الكبد بنصف هذا الخليط.

يغسل الثِّرْب، وينشر ليقطر، ويذر عليه النصف الباقي من خليط التوابل. يقطع هذا الثِّرب، بعد تقطيره وتتبيله، إلى مستطيلات صغيرة من 2 سنتم على 6 سنتم. قد يسهل تقطيع الثِّرْب بلفه على نفسه قبل قطعه.

يلف كل مكعب من الكبد في قطعه من الثرب. تسلك القطع في السفافيد، من 6 إلى 7 قطع في السفود الواحد. وتشوى على جمر متقد جيدا.

يقدم فورا مع الشاي بالنعنع.

ملحوظة : إذا اشتعلت قطرات الشحم في المشواة، رُشَّ المجمر بقليل من الماء لإخماد اللهب.

قضبان قلب العجل

المقادير لقلب عجل من زنة 1 كلغ تقريبا

ملعقتا حساء من الفلفل الأحمر الحلو

ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالكمون

قبصة جيدة من الفلفل الحريف المدقوق

ملح

تخلط التوابل. يقطع القلب مكعبات ضلعها 2 سنتم، تغسل وتقطر. تتبل بخليط التوابل. تخلط جيدا. تسلك القطع في السفافيد، 6 أو 7 قطع في السفود الواحد تشوى السفافيد على جمر متقد، وتقدم حالا مصحوبة بالشاي بالنعنع.

الكـــــوّاح

إعداد آخر لقضبان الكبد المشوي

المقادير لدزينة من القضبان

كبد كبش

500 غرام من شحم الغنم

ملعقة قهوة من الكمون

ملعقتا قهوة من الفلفل الأحمر الحلو

قبصة من الفلفل السوداني

(فلفل حريف مدقوق)

ملـــح

تنزع الجُلَيْدة التي تغطى الكبد. يغسل الكبد ويشوى شيًا خفيفا على المشواة. ثم يقطع مكعبات ضلعها 2 سنتم . يقطع الشحم بنفس الطريقة بعد أن يغسل. تخلط التوابل بالملح، ويذر هذا الخليط على الشحم والكبد. يخلط جيدا.

تسلك قطع الكبد والشحم ـ قطعة كبد تليها قطعة شحم بالتتابع . في السفافيد، 6 أو 7 قطع في السفود الواحد.

يشوى على جمر متقد، ويقدم في الحال مصحوبا بالشاي بالنعنع.

كبـــاب

المقادير لعشرة قضبان

1 كلغ من اللحم يؤخذ من « النبُّو » (لحم المتن) أو من فخذ الكبش	باقة كبيرة من البقدونس المفروم دقيقا
2 خصيتان (بيضتا كبش)	بصيلة مفرومة دقيقا
2 كليتان بشحمهمـــا	ملح

يخلط الملح والبقدونس المفروم بِحَكِّهِمَا على المائدة بباطن اليد.

يقطع اللحم، والكليتان وشحمهما قطعا صغيرة مكعبة ضلعها 2 سنتم تقريبا.

يقلع غشاء الخصيتين، ويُسَفَّدان في قضيب، ويشويان شيًا خفيفا على جمر متقد.

يخلط الكل في عناية بالبقدونس المفروم المملح، والبصل المفروم.

تسلك عشر قطع في السفود الواحد ـ قطعتا لحم تليهما قطعة شحم... وهكذا دواليك ـ . يشوى الكباب على جمر متقد ويقدم في الحال.

السقـــط

الكبد « مشرمل مقلي »

المقادير لـ 500 غرام من كبد العجل

شرمولـــة.

ملعقة حساء من الفلفل الأحمر الحلو	ملعقتا حساء من الخل
ملعقة قهوة من الكمون	باقة صغيرة من الكسبرة
ملح	

إعداد شرمولة.

تقطع ذيول الكسبرة التي تدق في المهراس مع الملح. يضاف الفلفل الأحمر الحلو، والكمون، والخل الممزوج بنصف كأس شاي من الماء.

يقطع الكبد شرائح رقيقة، تغسل وتقطر. يخلط الكبد بشرمولة، ويترك ليتشبع بها مدة بِضّع ساعات.

تلف شرائح الكبد في طحين القمح الصلب المغربل ، وتقلى في الزيت الغليان. يقدم ساخنا أو باردا.

الكبد « مشرمل » مرقة

المقادير لـ 500 غرام من كبد العجل

شرمولة (انظر الإعداد أعلاه)	1/2 ليمونة مرقدة
6 أو 7 زيتونات مرقدة	3/4 كأس شاي من زيت القلي
عصير ليمونة حامضة	باقة صغيرة من البقدونس المفروم

يعد الكبد كما أعد الكبد مشرمل مقلي

بعدما يقلى الكبد، يقطع فرمات على نمط سلاطة الخضر المقدونية، ويحتفظ به إلى حَين.

توضع شرمولة التي أنقع فيها الكبد في طاوة، مع باقة صغيرة من البقدونس المفروم فرما دقيقا. يضاف إليها مقدار ثلاثة أرباع كأس شاي من زيت القلي، وعصير ليمونة حامضة، وكأس ماء. يترك ليغلي ، ويزاد فيه 6 أو 7 زيتونات مرقدة ، ونصف ليمونة مرقدة مقطعة قطعا، والكبد من دون فتات القلي المتساقط عند التقطيع. يترك ليغلي بضع دقائق، ويرفع عن النار قبل أن تغلظ المرقة. إذا قلّيت المرقة طويلا صارت لزجة غير شهية.

يوضع في صحن ويزين بالليمون المرقد والزيتون . يقدم باردا.

أكــارع العجــل « هَرْكَمَــة »

المقادير لـ 4 أكارع العجل (10 إلى 12 شخصا)

500 غرام من القمح المجروش في المهراس، والمحكوك حكا شديدا، والمنقى من آثار النخالة
(يباع جاهزا في الأسواق)
زلافة حساء من الحمص المنقوع في الماء منذ الأمس
بصلة كبيرة مبشروة
ملعقة حساء مملوءة جيدا بالفلفل الأحمر الحلو
ملعقة قهوة من الفلفل الحريف المدقوق ـ ملعقتا حساء من الزيت
الملح الكافي لتمليح الهَرْكَمة

تشترى الأكارع منقاة ومحكوكة من عند الجزار. يقسم كل كراع على ثلاثة. تغسل القطع غسلا جيدا. توضع في طاوة كبيرة ويضاف إليها الفلفل الأحمر الحلو، والفلفل الحريف، والزيت، والبصلة المبشورة. ويملح الكل جيدا. يغطى بالماء وينصب على النار ليغلي مدة نصف ساعة ، بعدئذ يزاد فيه الحمص والقمح المجروش . يملأ ثلاثة أرباع الطاوة بالماء. ثم تترك لتغلي من جديد مدة ربع ساعة. ينضج الطبيخ مغطى على جمر متقد أو في فرن ذي نار هادئة. ولا يحرك أبدا. يدوم طهي الهَرْكمة من 8 إلى 9 ساعات على نار خفيفة. وفي الغالب، تعد أكارع العجل في المساء، وتترك لتنضج في تُؤَدَة طوال الليل كله.

بعد النضج ، إذا تشرب القمح والحمص السائل، وصارت المرقة ثخينة ، رفعت الطاوة عن النار بعد أن يتذوق الملح والتوابل. لا تسخن « الهَرْكمة » إلا قبيل تقديم الطعام مباشرة. وإذا كانت المرقة ، على العكس من ذلك، خفيفة، صبت على حدة في طنجرة، وقلّيت فيها حتى الحصول على مرقة ثخينة. وإذا كانت أكارع العجل سمينة جدا، فظهر فائض من زيت، صفي الإدام الزائد بالملعقة، ثم سخنت «الهَرْكمة» وقدمت ساخنة جدا.

دُوَّارة الغنــم

تتألف دوارة الغنم من الأجزاء السمينة للمعي الغليظ، ومن الكرش والرئة.

طريقة غسل الدوارة :

يغمس المعي الغليظ في الماء جد الساخن غير الغليان بضع دقائق، ثم يكشط بقوة بواسطة سكين إلى أن يبيضّ جيدا. تبيض الرئة والكرش في الماء الغليان. ثم تقصّ قطعا مربعة ضلع القطعة الواحدة 3 سنتيمترات تقريبا . ثم تحك هذه القطع جميعها بشدة وتخلط في الملح.

تغسل بماء كثير ثم تشلل (تغسل غسلا خفيفا) عدة مرات في الماء الصافي.

توضع قطع الدوارة في قدر وتودع مكانا باردا. تغطى بالماء إلى الغد ثم تقطر.

إعداد :

المقادير لدوارتي غنم

ملعقتا حساء من الفلفل الأحمر الحلو
فصا ثوم مهروسان (2)
نصف مغرفة من زيت الكاوكاو
1/2 ملعقة قهوة من الفلفل الحريف المدقوق

توضع الدوارة في طاوة، تملح، ويزاد فيها الفلفل الأحمر الحلو، والثوم، والفلفل الحريف والزيت. تغطى بالماء. تنضج مغطاة على نار معتدلة مدة 3 ساعات كاملة. وفي نهاية الإنضاج يزاد في الطاوة ثلاثة أرباع مغرفة من الخل وملعقة قهوة مملوءة حتى الشفة بالكمون. يترك ليغلي حتى الحصول على مرقة ثخينة . يتذوق الملح، والتوابل، ثم ترفع الطاوة عن النار. يقدم هذا الطعام ساخنا جدا.









الخُصَى بالحمص والبصل (قدرة)

المقادير

3 كلغ من الخصى (بيض الغنم)
ملء كأس ماء من الحمص المنقوع
منذ الأمس والمقشور في الغد
1/2 1 كلغ من البصل
حفنة من البقدونس المفروم
200 غرام من الزبدة
ملعقة موخا من الزعفران (خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
ملعقة قهوة مملوءة جيدا من الإبزار
ملح

يشق الجلد وتستخرج الخُصَى من جيوبها.

تقلب الخصى في الملح بلطف وحذق من غير أن تسحق، وتغسل وجيوبها بالماء الصافي. تشلل (تغسل غسلا خفيفا) مرات عديدة.

تقطع الخصى مكعبات ضلع القطعة 3 سنتم، وتشطر الجيوب شطرين.

يوضع الجميع في طاوة، يملح خفيفا (لقد غسلت الخصى في الملح من قبل).

ويضاف إليه الإبزار ، والزعفران، والزبدة، وبصلتان مقطعتان شرائح والحمص المقشور.

يغطى بكأسين كبيرتين من الماء.

يطبخ مغطى على نار معتدلة الحرارة، ويحرك من حين لآخر. يزاد فيه الماء أثناء الطبخ عند الاقتضاء.

عندما يأخذ لحم الخصى في التماسك (أي بعد ساعة ونصف تقريبا)، يرمى في الطاوة بقية البصل المقطع شرائح، والبقدونس المفروم.

ويزاد فيها قليل من الملح، وقبصة زعفران.

يخلط جيدا.

يترك ليغلي ويطبخ بلا غطاء.

عندما ينضج البصل ويبقى متماسكا لا يذوب، يتحقق من مقدار الملح والتوابل، ثم ترفع الطاوة عن النار.

وعند تقديم الطعام، يسخن الطبيخ ، ثم توضع الخصى في صحن، ويصب من فوقها الحمص والبصل.

ملحوظة : مرقة « القدرة » ليست مائعة جدا، ومع ذلك فهي أخف من مرقة « المقلي »

الخُصَى مرقة

المقادير لـ 6 أشخاص : 2 كلغ من الخصى

يشق الجلد وتستخرج الخصى من جيوبها. تقلب بحذق ولطف في الملح من غير أن تسحق، ثم تغسل بالماء الصافي. تشلل مرات. تقطع على شكل مربعات ضلعها 3 سنتم، وتترك ليقطر منها الماء.

تلقى في طنجرة، وتملح تمليحا خفيفا جدا (نذكر أن الخصى غسلت في الملح من قبل) .يضاف إليها :

ملعقتا قهوة من الفلفل الأحمر الحلو	1/2 ملعقة قهوة من القرفة
ملعقة قهوة من الكمون	150 غرام من الزبدة

يغطى بالماء وينضج مغطى على نار معتدلة. عندما يتماسك لحم الخصى، فالخصى ناضجة. يقلّى الطبيخ حتى الحصول على مرقة معسلة . يتذوق الملح والتوابل ثم يرفع عن النار. يقدم ساخنا جدا.

ملحوظة : من الممكن استعمال جيوب الخصى في مرقة « الحريرة ».

رأس الغنم مبخّـــر

يقدر رأس واحد لشخصين اثنين. تشترى رؤوس غنم مشطورة شطرين ويطلب إلى الجزار أن يقلع قرونها بالساطور. ينزع المخ، وتنفض الرؤوس بقوة، ويحك كل رأس بِفُرْشاة صُلْبة. تغسل في عناية بالملح وماء كثير. تشلل عدة مرات وتترك ليقطر منها الماء. تطبخ على البخار كما ذكر في وصفة اللحم المبخر. بعد ساعتين أو ثلاث من التبخير، بحسب فتوة الرؤوس، ترفع عن النار، وتنظف في عناية من كل صوف. يعاد طهيها على البخار مدة نصف ساعة. تقدم ساخنة جدا مع الحريرة «بالكرويا»

(انظر الإعداد في الصفحة 37)

لســان العجــل مرقــة

يبيض لسان العجل بالماء جدا الساخن غير الغليان مدة ربع ساعة . يخرج من الماء وتنزع عنه جلدته. يغسل في الماء والملح، ويشلل عدة مرات، ثم يقصص إلى مكعبات غليظة.

يلقى في طاوة ، يملح ويضاف إليه :

المقادير للسان واحد :

1/2 ملعقة قهوة من الفلفل الحريف المدقوق	ملعقتا قهوة من الفلفل الأحمر الحلو
100 غرام من الزبدة	بصلة واحدة مبشورة

يغطى بالماء، وينضج مغطى مدة 3 ساعات كاملة. وعند نهاية الإنضاج يضاف إليه :

3/4 ملعقة حساء من الخل بحسب الذوق	1/2 ملعقة قهوة من زريعة
1/2 ملعقة قهوة من الكمون	الكسبرة المدقوقة

يترك ليتقلّى حتى الحصول على مرقة معسلة ثم يرفع عن النار. ويقدم ساخنا جدا.

المـخّ مرقــة

المقادير لمخي (2) عجل .

ينقى المخان ويغسلان في الماء والملح. ينزع عنهما الغشاء الذي يغطيهما. يشللان بالماء الصافي. يغطيان بالماء ويتركان ليرتاحا في مكان بارد بضع ساعات. يشللان من جديد ويقطران.

يقطع كل مخ على ست ، وتوضع القطع في طنجرة مع :

ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالفلفل الأحمر الحلو
قبصة من الفلفل الحريف المدقوق
مقدار ملعقة حساء مملوءة جيدا بالكسبرة المفرومة
فصا ثوم مهروسان
4 ملاعق حساء من زيت كاوكاو
يملح المخ خفيفا، فقد سبق له أن غسل بالماء والملح
3 ملاعق حساء من عصير الليمون الحامض

يغطى بالماء، وينضج مغطى مدة ساعتين على التقريب. وفي نهاية الطهي، يزاد في الطنجرة 3 ملاعق حساء من عصير الليمون الحامض. يترك ليتقلّى حتى الحصول على مرقة معسلة، فيرفع عن النار. تقدم هذه الأكلة باردة.

المَشْـــــــوي

المشوي هو كبش بكامله يسلك في سفود ويشوى على جمر الفحم المتقد. تدهن أجزاؤه كلها بالزبدة، وينبغي أن ينضج في رَيْث وَمَهْل، ويرش من حين لآخر بقليل من الماء الملح والزبدة. يتطلّب شيّ الكبش من ساعتين ونصف إلى ثلاث ساعات ونصف تبعا لفتوة لحم الحيوان ومبلغ وزنه. يعتبر الشواء ناضجا عندما يسهل نتش اللحم منه بالأصابع.
تنصب الأثافي، وتوقد داخلها النار، وعندما تصبح النار جمرا متقدا يجعل الكبش المسلوك في السفود على الأثافي. ويفرش الجمر المتقد من حواليه. يلزم أن يبقى الكبش على علو 50 سنتم من الجمر. وعلى هذا النحو، ستتوزع الحرارة بشكل غير مباشر على اللحم فتجنّبه أن يحترق قبل النضج.
المشوى أكلة وطنية ممتازة جدا، يعدها في الغالب « شواي » محترف، ويقدمه بنفسه ساخنا جدا في وقت الطعام. ويكفي أن يتبل الآكل القطعة التي يختارها بقليل من الكمون والملح قبل التلذذ بها.

ضلعة الكبش « مشوي »

المقادير لـ 8 إلى 10 أشخاص
تختار ضلعة كبش (أي الكتف والضلوع) من وزن 3 كلغ إلى 3 كلغ ونصف. تشلل الضلعة وتخلط بـ:

ملعقة حساء مملوءة جيدا بالفلفل الأحمر الحلو
ملء ملعقة قهوة من الكمون
100 غرام زبدة مذابة
الملح الكافي لتمليح الضلعة

تدهن ضلعة الكبش بهذا الخليط. يفك جلد ما تحت الكتف ويدخل فيه قليل من خليط الزبدة والتوابل. تطهى في الفرن، جهتها اللحيمة إلى الصفيحة. يزاد فيها كأس ماء. تسقى الضلعة من مرقها بين الحين والحين من أجل أن لا ييبس اللحم. وبعد ساعتين من الطهي ، تقلب الضلعة من أجل تحمير جهتها الثانية. تترك في الفرن مدة نصف ساعة أخرى تقريبا، ثم تخرج من النار، بعد أن يتحقق أن اللحم ينقلع بالأصابع في سهولة. يوضع اللحم في صحن من دون مرقة ويؤكل ساخنا جدا ومتبلا بالكمون والملح.

ضلعة الكبــــش « محمر شوَاقدرْ »

المقادير لـ 8 إلى 10 أشخاص

تختار ضلعة كبش (الكتف والضلوع) من وزن 3 كلغ إلى 3 كلغ و 1/2.

تشلل الضلعة (تغسل غسلا خفيفا) وتوضع في الطاوة، وجهتها اللّحِيمَة إلى الأسفل تملح ويضاف إليها :

ملء ملعقة قهوة من الإبزار

مقدار نصف ملعقة قهوة من الزعفران (من الزعفران الحر المدقوق على الأفضل).

مقدار نصف ملعقة قهوة من الزنجبيل

باقة مربوطة من الكسبرة

بصلتان مفرومتان

150 غرام من الزبدة

كأسان اثنتان من الماء

ينضج مغطى على نار معتدلة، ويسقى بمرقه من حين لآخر. وبعد ساعتين إلى ساعتين ونصف من الطهي، يتحقق أن اللحم ينقلع بالأصابع في سهولة ويُسْر. عندئذ تخرج باقة الكسبرة المربوطة من الطنجرة وتترك المرقة لتتقلّى إلى أن تصير ثخينة ثم ترفع عن النار.

(من الممكن إنجاز هذه الوصفة. عند الاقتضاء - من غير كسبرة) قبل تقديم الطعام بربع ساعة، تحمر الضلعة بالزبدة من جميع جهاتها في مقلاة.

تُرتَّب الضلعة في صحن حام، وتسخن المرقة ويزاد فيها ملعقتا حساء من إدام التحمير. تحرك الطاوة بأن تدار مرارا متتالية في قوة ، وتصب هذه المرقة المعسلة فوق اللحم ثم تقدم الأكلة فوراً.

ضلعة الكبش محمرة

المقادير من 8 إلى 10 أشخاص

تختار ضلعة كبش (من الكتف والضلوع) وزنها 3 كلغ إلى 3 كلغ و 1/2 تخلط بـ :

ملعقة حساء مملوءة جيدا بالفلفل الأحمر الحلو

ملء ملعقة قهوة من الكمون

فصان مهروسان من الثوم

الملح الكافي لتمليح اللحم

150 إلى 200 غرام من الزبدة المطلوقة (السائلة)

بحسب درجة اللحم من السمن

ملء ملعقة قهوة من الطحين

تدهن الضلعة بهذا الخليط بعد تشليلها وتقطيرها من الماء. توضع في طاوة، وتملأ الطاوة بالماء حتى نصفها، ثم تترك لتطبخ مغطاة على نار معتدلة. يسقى اللحم من مرقه من حين لآخر. يتحقق من نضجه بعد ساعتين أو ساعتين ونصف من الطهي. يعتبر اللحم ناضجا عندما يمكن نتشه بالأصابع في سهولة.

ينبغي تقلية المرقة إلى أن تصير ثخينة. وللزيادة من جودة المرقة، تعقد بملء ملعقة قهوة من الطحين المطلوق في قليل من الماء، تخلط جيدا وترفع عن النار. وقبل تقديم الطعام بربع ساعة، توضع الضلعة في مقلاة، وتحمر في مزيج من الزيت والزبدة.

وبعد التحمير، ترتب الضلعة في صحن حام. ويصب في المرقة ملء ملعقتين كبيرتين من إدام التحمير. تخلط هذه المرقة بإدارة الطاوة في قوة وسرعة . يصب هذا المائع المعسل فوق اللحم. يقدم الطعام فورا

الشـــوا (لحـم الغنـم مبَخـر)

تختار قطع من ظهر، ورقبة، وكتف كبش سمين نحو ما.
تقدر 3 كلغ لـ 6 أشخاص ؛ فاللحم المبخر ينقص نصفه بعد الطهي.
تملأ ثلاثة أرباع قدر الكسكس ماء، وتوضع القدر على النار.
ومن جهة أخرى، يقشر 1 كلغ من البطاطا ويقطع أرباعا غليظة، وتوضع القطع في قعر الكسكاس. يجعل اللحم المقطع قطعا كبيرة فوق البطاطا، ويذر عليه الملح. يغطى اللحم بقطعة ثوب مبللة، وينصب الكسكاس على فم القدر. يقفل القدر والكسكاس بالقفّال (أي يسد بإحكام بواسطة شريط قماش مبلل في عجينة مطلوقة من الطحين والماء) من أجل أن لا يتسرب البخار من فم القدر ، ولنفس الغاية، يوضع غطاء على الكسكاس، ويثقل على الغطاء بشيء ثقيل كالمهراس مثلا. لا يرفع الغطاء إلّا بعد ساعتين من أجل التحقق من نضج اللحم. وعندما يلاحظ أن اللحم ينقلع بالأصابع في سهولة، تنزل القدر عن النار. يقدم ساخنا جدا مصحوبا بالملح والكمون.

ملحوظة : قد يستعمل ماء « الشوا » لإعداد الحريرة.

ضلعة الغنم محشوة بالكُسْكُس

المقادير لـ 8 إلى 10 أشخاص
تختار ضلعة غنم من 3 كلغ إلى 3 ونصف (الكتف والضلوع)، تشلل الضلعة وتترك ليقطر ماؤها. يُفكّ جلد ما تحت الكتف بأن يجذب باليد من غير أن يمزق. يحشى داخله حتى الأعماق بملء 3 إلى 4 زلايف حساء من كسكس الحشوة (انظر الإعداد في الصفحة 32) الذي أعد مسبقا.
تخاط الفتحة في عناية . توضع الضلعة المعمرة في طاوة، جهتها اللحيمة إلى الأسفل. تملح ويضاف إليها :

- ملء ملعقة قهوة من الإبزار
- مقدار نصف ملعقة قهوة الزعفران (من الأفضل استعمال الزعفران الحر).
- بصلة كبيرة مبشورة
- عود قرفة
- 150 غرام من الزبدة
- 3 كؤوس ماء
- 3 إلى 4 ملاعق حساء مملوءة جيدا بالعسل الجامد. وملء ملعقة حساء من القرفة في نهاية الطهي.

ينضج مغطى على نار خفيفة. وبعد نصف ساعة، يقلب اللحم في احتياط لكي لا تَنْثقب الجهة المحشوة. تسقى الضلعة بمائها من حين لآخر.
عندما يلاحظ أن اللحم ينقلع بالأصابع في سهولة، أي بعد ساعتين ونصف إلى ثلاث ساعات من الطهي. يزاد في الطاوة ملء 3 ملاعق حساء من العسل الجامد، ومقدار ملعقة حساء من القرفة . ثم يترك الطبيخ ليتقلّى حتى الحصول على مرقة معسلة. عندئذ ترفع الطاوة عن النار.
قبل تقديم الطعام بعشرين دقيقة، تحمر الضلعة في الفرن، بمفردها، من دون مرقة. يُرتب اللحم في صحن ، وتصب فوقه المرقة المسخنة. تقدم الأكلة على الفور.

ملحوظة : يقدم على حدة صحنان صغيران مملوءان بالحشوة المسخنة.

الطواجين

تعمل الطواجين من لحوم الغنم أو من لحوم البقر.

وعلى العموم، فإن الطواجين تعمل إما من لحم الكبش، كالكتف والضلوع، وإما من لحم العجل، وعلى الخصوص من لحم الساق. يطلب إلى الجزار أن يقطع اللحم بالمنشار لكي لا يبقى فيه فتات عظام.

طاجين بالقرعة السلاوية والملوخية

المقادير لـ 8 إلى 10 أشخاص

- 1 كلغ و 1/2 من اللحم
- (كتف وضلوع الكبش أو ساق العجل)
- 2 كلغ سلاوية (نوع من القرع المستطيل أخضر باهت ليس له عروق، شكله كالإبريق)
- 300 غرام من الملوخية
- ملعقة موخا من الزعفران (الأفضل استعمال خيط الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
- ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالإبزار
- 150 غرام من الزبدة - بصلة جد كبيرة مبشورة

يقطع اللحم قطعا وزن القطعة 150 غرام تقريبا. تشلل هذه القطع وتوضع في طاوة.

تملح، ويضاف إليها الإبزار، والزعفران، والزبدة، والبصلة المبشورة؛ يغطى الكل بالماء.

يطبخ مغطى مع تحريكه بين الحين والحين.

ومن جهة أخرى تُكَشّط قشرة القرع في بالغ العناية. يقسم القرع بالطول على نصفين. ثم يفرغ، ويقصص قطعا من 3 إلى 4 سنتم مربعة. تغسل القطع وتقطر.

عندما ينضج اللحم، ويسهل نتشه بالأصابع، يخرج من المرقة ويترك جانبا. يرمى القرع في الطاوة التي بقيت على النار.

يزاد الماء حتى يلحق وسط القرع من غير أن يغطيه، ويزاد فيه ملح قليل. يخلط جيدا ويترك ليطبخ.

يقطع طرفا الملوخية، وتشلل سريعا، ثم توضع في طنجرة على حدة. تملح وتطهى مع قليل من مرقة الطبيخ ممزوجة بالماء. عندما ينضج القرع، يترك ليتقلى حتى الحصول على مرقة ثخينة.

وفي وقت تقديم الطعام، يوضع اللحم في القدر مع القرع ويسخن الجميع على نار خفيفة. تسخن الملوخية أيضا. يرتب اللحم في صحن، ويصفف فوقه القرع، وتُفرّق الملوخية على الكل، ثم يسقى بالمرقة.

طاجين اللحم بالقرعة (قدرة بالصعتر)

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم (كتف وضلوع الكبش أو ساق العجل)

2 كلغ من القرع (يختار إن أمكن نوع القرع المستدير ذي القشرة الحرشة المسمى «القرعة الحرشاء»)

بصلة كبيرة مبشورة

ملء ملعقة حساء من الصعتر المسحوق براحتي اليدين

ملء ملعقة موخا من الزعفران (خليط الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)

ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالإبزار

100 غرام من الزبدة

ملـح

يقطع اللحم قطعا وزن القطعة الواحدة 150 غرام تقريبا. تشلل هذه القطع بالماء وتوضع في طاوة. تملح، ويضاف إليها الإبزار والزعفران، والزبدة، والبصلة المبشورة. يغطى الكل بالماء. يطبخ مغطى مع تحريكه بين الحين والحين. ويزاد فيه الماء في أثناء الطبخ إن دعت الضرورة.

ومن جهة أخرى ، يقصص القرع، من غير أن يقشر، إلى قطع مربعة ضلع الواحدة منها من 3 إلى 4 سنتم. تغسل القطع وتقطر. تملح قليلا، ويذر عليها قليل من الإبزار والزعفران، وملعقة من الصعتر المسحوق. يخلط جيدا.

عندما ينضج اللحم، ويسهل نتشه بالأصابع، يخرج من المرقة ويترك جانبا.

يرمى القرع في الطاوة التي ما زالت على النار. يزاد الماء حتى يلحق وسط القرع. يترك ليغلي مغطى، ثم يسحب الغطاء، ويترك ليطبخ عاريا على نار خفيفة.

عندما ينضج القرع، يقلّى الطبيخ حتى الحصول على مرقة ثخينة.

يتذوق الملح والتوابل، وترفع الطاوة عن النار.

عند تقديم الطعام ، تعاد قطع اللحم إلى الطاوة، ويراعى أن لا ينسحق القرع. يسخن الطبيخ على نار خفيفة. يرتب اللحم في صحن ويرتب من فوقه القرع، ثم يصب المرق على الكل.

طاجين اللحم بالطماطم مع الملوخية أو مع البطاطا

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم

(كتف وضلوع الكبش أو ساق العجل)

4 كلغ من الطماطم

500 غرام من الملوخية في موسمها، أو 500 غرام من البطاطا

1 مغرفة و 1/2 من زيت كاوكاو

ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالزنجبيل

ملعقة موخا من الزعفران

(خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)

حفنة بقدونس مفروم

ملـح

يقطع اللحم قطعا وزن الواحدة 150 غرام على التقريب، تشلل، ثم توضع في طاوة.

يملح اللحم، ويضاف إليه الزنجبيل، والزعفران، والزيت. يغطى الكل بالماء وينصب على النار ليطبخ مغطى ، ويحرك بين الحين والحين.

وفي أثناء ذلك، يقشر الطماطم وتقلع منه الزريعة ويقصص قطعا. بعد ذلك، يخرج اللحم من الطاوة ويحتفظ به جانبا. ترمى الطماطم في الطاوة التي بقيت على النار. يضاف إليها البقدونس المفروم والملح. تترك لتغلي بِضْعَ غليات. ثم يقطع طرفا الملوخية التي تشلل فورا وبسرعة ، وتوضع في طنجرة وتملح، وتطبخ وحدها في قليل من مرقة الطبيخ توخذ من الطاوة.

ومن جهة أخرى، يترك الطماطم ليتقلى إلى أن يصير مُصاصا، ويحرك في استمرار مع كَشْط قعر الطاوة بِمِرْغاة لكي لا يلتصق. وبعد تقلية هذه الطماطم. تعاد قطع اللحم في الطاوة لكي يتم نضجها، ولكي تتشبع بِنُكْهَة الطماطم. يواصل التحريك في تتابع واستمرار. وعندما ينقلع اللحم بالأصابع في سهولة، ترفع الطاوة عن النار.

تصفف قطع اللحم في صحن مستدير، وتغطى بمُصاص الطماطم، وتفرق عليها الملوخية. تقدم الأكلة في الحال.

طاجين اللحم باللوبياء الخضراء والطماطم

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم
(كتف وضلوع الكبش
أو ساق العجل)
1 كلغ من اللوبياء الخضراء
1 كلغ من الطماطم
ملعقة قهوة واحدة
مملوءة جيدا بالزنجبيل
قبصة واحدة من الزعفران
ملعقة حساء واحدة
مملوءة جيدا بالفلفل الأحمر الحلو
مغرفة واحدة من زيت كاوكاو
عصير ليمونة حامضة
ملـح

يقطع اللحم قطعا وزن القطعة 150 غرام تقريبا. تشلل وتوضع في طاوة.

يملح، ويضاف إليه الزنجبيل، والزعفران، والفلفل الأحمر الحلو، والزيت، والطماطم المقشور، المقلوع الزريعة، المقصص قطعا. يترك ليغلي بضع غليات، ويزاد عليه اللوبياء الخضراء. يطبخ الكل مغطى مع تحريكه بين الفينة والأخرى. يزاد فيه الماء في أثناء الطبخ إن اقتضت الحال.

عندما ينضج اللحم ويسهل نتشه بالأصابع . يتحقق كذلك من نُضْج اللوبياء الخضراء، ثم يزاد فيه عصير الليمون الحامض. يترك ليتلقى حتى الحصول على مرقة ثخينة. وبعد ذلك يرفع عن النار.

تقدم هذه الأكلة ساخنة جدا في صحن مستدير صفف فيه قطع اللحم. ووضع عليها اللوبياء الخضراء وصب من فوقها المرقة.

طاجين اللحم باللوبياء الخضراء (طاجين مقلّي)

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم
(كتف وضلوع الخروف
أو ساق العجل)
1 كلغ من اللوبياء الخضراء
ملعقة قهوة واحدة
مملوءة جيدا بالزنجبيل
ملعقة موخا واحدة من الزعفران
(خليط من الزعفران الحر المدقوق
والزعفران العادي)
ملء ثلاثة أربع المغرفة
من زيت كاوكاو
ليمونة مرقدة
عشر زيتونات مرقدة
عصير ليمونة حامضة
ملء ملعقة قهوة من الطحين
ملـح

يقطع اللحم قطعا وزن القطعة 150 غرام تقريباً. تشلل وتوضع في طاوة. يملح. ويضاف إليه الزنجبيل والزعفران والزيت يغطى بالماء . يترك ليغلي بضع غليات. يخلط جيدا. وتضاف إليه اللوبياء الخضراء. يطهى مغطى مع تحريكه بين الفينة والفينة. يضاف إليه الماء في أثناء الطبخ عند اللزوم.

عندما ينضج اللحم واللوبياء الخضراء ويتأكد من طراوتهما جيدا. يضاف إليهما الزيتون وقشرة الليمون المرقد المقطعة قطعا وعصير الليمون الحامض. تُعقَّد المرقة بملء ملعقة قهوة من الطحين المطلوق في قليل من الماء. وتترك لتتقلّى إلى أن تصير ثخينة. وعندئذ ترفع الطاوة عن النار.

تصفف قطع اللحم في صحن مستدير. وتغطى باللوبياء الخضراء . تزين بالليمون والزيتون المرقد. يصب من فوقها المرق.

طاجين اللحم باللوبياء الخضراء

المقادير لـ 6 الى 8 أشخاص

1 كلغ و 2/1 من اللحم
(كتف وضلوع الخروف
أو ساق العجل)
كيلو غرام واحد من اللوبياء الخضراء
ملعقة قهوة واحدة
مملوءة جيدا بالزنجبيل
قبصة واحدة من الزعفران
ملعقة حساء واحدة من الفلفل الأحمر الحلو
مقدار نصف ملعقة قهوة من الكمون
ثلاثة أرباع مغرفة من زيت كاوكاو
مقدار نصف كأس شاي من عصير
الليمون الحامض
ملح

يقطع اللحم قطعا وزن القطعة الواحدة 150 غرام تقريبا. تشلل وتوضع في طاوة. تملح. ويضاف إليها الزنجبيل. والزعفران. والزيت. تغطى بالماء وتطبخ مغطاة مع تحريكها من حين لآخر. يزاد فيها الماء في أثناء الطبخ إن اقتضت الحال.

ومن جهة أخرى تنقى اللوبياء الخضراء. وتطبخ في الماء المُملّح الغليان. ثم تقطر. حينما ينضج اللحم فينقطع بالأصابع في سهولة ويسر. يخلط عصير الليمون الحامض بالفلفل الأحمر الحلو والكمون ثم يصب في الطاوة التي بقيت على النار ويضاف إليه اللوبياء الخضراء. يحرك جيدا من أجل أن تتشرب اللوبياء المرقة.

تترك تتقلى حتى الحصول على مرقة ثخينة. تعقد هذه المرقة. إن اقتضت الحال. بمقدار ملعقة قهوة من الطحين المطلوق في قليل من الماء. تترك لتغلي. ثم ترفع عن النار.

يصفف اللحم في صحن مستدير ويغطى باللوبياء الخضراء ويصب المرق من فوق الكل.

طاجين اللحم بِالقُنَّبِيط

المقادير لـ 6 الى 8 أشخاص

1 كلغ و 2/1 من اللحم
(كتف وضلع الخروف
أو ساق العجل)
2 كلغ من القنبيط
ملعقة قهوة واحدة
مملوءة جيدا بالزنجبيل
قبصة من الزعفران
مغرفة واحدة من زيت الكاوكاو
ملعقة حساء واحدة مملوءة جيدا
بالفلفل الأحمر الحلو
2/1 ملعقة قهوة من الكمون
ملء كأس شاي من عصير الليمون الحامض
وقد يزاد على هذا القدر أو ينقص منه
بحسب الذوق
ملعقتا قهوة من الطحين
ملح

ينضج القنبيط أول الأمر في الماء المُملّح الغليان. ينبغي أن يتم الإنضاج في سرعة ويُوقف في الوقت المناسب لكي لا تتفتت باقاته. يقطر بعد نضجه.
ومن أجل أن يبقى القنبيط أبيض ناصعا، يزاد في ماء الطبخ ملء ملعقة من الطحين . ومن جهة أخرى ، يقطع اللحم قطعا وزن الواحدة 150 غرام تقريبا. تشلل وتوضع في طاوة. تملح ويضاف إليها، الزنجبيل، والزعفران، والزيت، ثم تغطى بالماء. تطبخ مغطاة مع تحريكها بين الحين والحين. يزاد فيها الماء أثناء الطبخ عند الاقتضاء.
عندما ينضج اللحم وينقلع بالأصابع في سهولة، تترك المرقة لتتقلّى إلى أن تصير ثخينة، ثم يخرج منها اللحم.
يضاف إلى المرقة التي لا تزال على النار عصير الليمون الحامض، والفلفل الأحمر الحلو، والكمون، وملء ملعقة قهوة من الطحين المطلوق في قليل من الماء. تخلط المرقة جيدا، ثم يرمى في الطاوة بقطع اللحم أولاً، وباقات القنبيط ثانيا.
يترك ليتقلّى على نار خفيفة مدة عشر دقائق، مع سقي القنبيط من حين لآخر لكي يتشبع بالمرقة، ويرفع عن النار عندما تصير المرقة جدّ ثخينة.
ترتب قطع اللحم في صحن مستدير وتغطى بالقنبيط، وتصب المرقة فوقه.

طاجين اللحم بالكرنب

نفس المقادير ونفس طريقة إعداد طاجين اللحم بالقنبيط.
يتطلب طهي الكرنب من ساعة إلى ساعة ونصف.

طاجين اللحم بالفول (مقلّي)

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

- 1 كلغ و 1/2 من اللحم (كتف وضلوع الخروف أو ساق العجل)
- 3 كلغ من الفول
- ملعقة قهوة واحدة مملوءة جيدا بالزنجبيل
- ملعقة موخا واحدة من الزعفران
- (خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
- مغرفة واحدة من زيت كاوكاو
- فص واحد من الثوم المهروس
- قشرة ليمونة مرقدة
- دزينة واحدة من الزيتون المرقد
- عصير ليمونة حامضة

يقطع اللحم قطعا من وزن 150 غرام للقطعة الواحدة . تشلل هذه القطع وتوضع في طاوة، تملح، ويضاف إليها الزعفران ، والزنجبيل، والثوم المهروس والزيت، تغطى بالماء. تنضج مغطاة مع تحريكها من حين لآخر، ويزاد فيها الماء عند الحاجة في أثناء الطبخ.
حينما ينضج اللحم ويسهل نتشه بالأصابع، يخرج من المرقة ويحتفظ به إلى حين. ينزع عن الفول «ظفره» ثم يرمى في الطاوة التي بقيت فيها المرقة وحدها.
يغطى الفول بالماء، وينضج مغطى.

عندما ينضج الفول، يضاف إليه الزيتون المرقد وقشرة الليمون المقصصة قطعا وعصير الليمون الحامض. تقلّى المرقة حتى تصير ثخينة، ثم تعاد قطع اللحم في الطاوة ، وترفع عن النار. تصفف قطع اللحم في صحن مستدير وتغطى بالفول، ثم تُزيّن بالزيتون والليمون المرقد، وتصب المرقة من فوق. يقدم هذا الصنف من الطعام حاميا جداً.

طاجين اللحم بالقوق والفول (مقلّي)

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم (كتف وضلوع الخروف أو ساق العجل)
3 كلغ من القوق
1 كلغ من الفول الطري
ملعقة قهوة واحدة مملوءة جيدا بالزنجبيل
ملعقة موخا واحدة من الزعفران
(خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
فص واحد من الثوم المهروس
ملء مغرفة من زيت كاوكاو
ليمونة حامضة مرقدة
عشر زيتونات مرقدة
عصير ليمونة حامضة

يقشر القوق في عناية. لا تُستَعْمَل سوى قلوب القوق. ترمى هذه القلوب أولا بأول في صحن ماء مُزِج بالخل. يغسل الفول ويقلع «ظفره» ولا يقشر، ويترك جانبا.

يقطع اللحم قطعا وزن الواحدة 150 غرام تقريبا. تشلل، وتوضع في طاوة، ويضاف إليها الزنجبيل، والزعفران، والثوم، والزيت، تغطى بالماء، وتنضِج مغطاة مع تحريكها بين الحين والحين. يزاد فيها الماء في غُضُون الطهي عند الاقتضاء.

عندما ينضج اللحم ويسهل نتشه بالأصابع، يرفع عن النار. يشلل الفول ويوضع في طنجرة، ويصب عليه مقدار نصف المرقة التي طبخ فيها اللحم، ويغطى بالماء لكي لا يَسْوَد لونه، ثم ينضج مغطى. وفي نهاية الطهي، تقلّى المرقة إلى أن تصير ثخينة. يتذوق الملح والتوابل.

ومن جهة أخرى، ينضج القوق في مرقة اللحم الباقية. يغطى بالماء. وفي نهاية الطهي، تقلّى المرقة إلى أن تصير جدّ ثخينة.

عندئذ يعاد في الطاوة اللحم، والفول، والقوق، ويضاف إلى الجميع قشرة الليمون المرقد المقصصة قطعا، والزيتون المرقد. يترك ليغلي بضع غليات، ثم يرفع عن النار. يقدم حاميا جدا بأن يرتب اللحم في صحن مستدير، ثم يغطى بالخضر، ويزين بالزيتون وقطع قشرة الليمون المرقد. تصب المرقة من فوق الكل.

ملحوظة : يمكن أن يعصر الليمون الحامض على القوق إذا لوحظ أن لونه أخذ يميل إلى السواد.

طاجين «مقلّي» باللحم والترفاس

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم
(كتف وضلوع الخروف أو ساق العجل)
2 كلغ من الترفاس

نفس طريقة إعداد طاجين اللحم بالفول (السالف وصفه أعلاه) . يغسل الترفاس غسلا جيداً. بحيث ينقى من كل أثر للتراب. قبل أن يقشر. ويقصص قطعا من حجم الجوز.

طاجين اللحم بالسفرجل والملوخية

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم

(كتف وضلوع الخروف أو ساق العجل)

1 كلغ و 1/2 من السفرجل

500 غرام من الملوخية

ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالزنجبيل

ثلاثة أرباع المغرفة من زيت الكاوكاو

ملء ملعقة موخا من الزعفران

(خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العدني)

ملح

يقطع اللحم قطعا وزن الواحدة 150 غرام تقريبا. تغسل وتقطر. توضع في طاوة. تملح. ويضاف إليها التوابل والزيت. ثم تغطى بالماء.

تنضج مغطاة مع تحريكها بين الفينة والأخرى. ويزاد فيها الماء في غضون الطبخ عند الحاجة.

ومن جهة أخرى. يشطر السفرجل شطرين من غير أن يقشر. تقلع منه بزوره. ويوضع في صحن ماء لكي لا يسود لونه. (إذا كان السفرجل غليظا جدا قطع إلى أربع). حينما ينضج اللحم حتى إذا قرص بالأصابع انقلع في سهولة. أخرج من المرقة واحتفظ به جانباً.

عندئذ يقطر السفرجل ويرمى في الطاوة التي بقيت على النار. يزاد فيه شيء من الملح. وقبصة من الزعفران. ويغطى حتى نصفه بالماء. يخلط جيدا ويترك ليطبخ.

ومن جهة أخرى. تقص أطراف الملوخية. تشلل بسرعة. وتوضع في طنجرة على حِدّة. تملح. وتطبخ في قليل من مرقة اللحم والسفرجل وشيء من الماء. يُراقب إنضاج السفرجل بانتباه. فبعض السفارج ينضج أسرع من بعض. وإذن. يخرج السفرجل أولاً بأول بحسب نضجه.

عندئذ تعقد المرقة بملء ملعقة قهوة من الطحين المطلوق في الماء. يخلط الطبيخ جيدا ويترك ليتقلّى. إلى أن تصير المرقة ثخينة.

وعندما يحين وقت الطعام. تعاد قطع اللحم إلى الطاوة. ويراعى أن لا تسحق السفارج. يسخن على نار خفيفة. تسخن الملوخية أيضا.

ترتب قطع اللحم في صحن مستدير. ويصفف عليها السفرجل. وتفرق الملوخية من فوق. تصب المرقة الثخينة على الكل.

طاجين بالتفاح الحامض لفصل الربيع

نفس طريقة إعداد طاجين اللحم بالسفرجل والملوخية. مع الإشارة إلى أن هذا الطاجين يعمل من دون ملوخية.

طاجين بالإنجاص. « بوعويد »

نفس طريقة إعداد طاجين اللحم بالسفرجل والملوخية. مع الإشارة إلى أن طاجين الإنجاص يعمل من دون ملوخية.





طاجين اللحم بالجلبان

المقادير لـ 6 الى 8 أشخاص	
1 كلغ و 1/2 من اللحم	(خليط من الزعفران الحر المدقوق
(كتف وضلوع الخروف	والزعفران العادي)
أو ساق العجل)	مغرفة من زيت كاوكاو
2 كلغ من الجلبان الرخْص	ليمونة مرقدة
ملعقة قهوة من الزنجبيل	عشر زيتونات مرقدة
ملعقة موخا من الزعفران	ملـح

يقطع اللحم قطعا وزن القطعة الواحدة 150 غرام. تشلّل وتوضع في طاوة. يملح، ويضاف إليه الزيت، والزعفران، والزنجبيل. يغطى بالماء وينضج مغطى مع تحريكه من حين لآخر. يزاد فيه الماء في غضون الطبخ عند الضرورة.

حينما ينضج اللحَم وينقلع بالأصابع في سهولة، يخرج من المرقة ويحتفظ به جانبا.

ومن جهة أخرى، يُفْتَصُّ الجلبان. ويرمى في الطاوة التي بقيت فيها المرقة وحدها، يغطى بالماء، ويترك ليطبخ مغطى على نار معتدلة الحرارة.

حينما يوشك الجلبان أن ينضج، تضاف إليه قشرة الليمون المرقد مقصصة قطعا، والزيتون المرقد. يترك ليتقلّى حتى الحصول على مرقة ثخينة، ثم يرفع عن النار.

يُحْذَرُ أن لا يطبخ الجلبان أكثر من ما يلزم لكي لا تتعصّد مرقته.

وحين وقت الطعام ، تعاد قطع اللحم إلى الطاوة، ويزاد فيها قليل من الماء إذا تشرب الجلبان المرقة . تسخن.

تصفف قطع اللحم في صحن مستدير، وتغطى بالجلبان، وتزين بالزيتون والليمون المرقد. ثم تصب عليها المرقة.

طاجين بالسفرجل (قدرة)

المقادير لـ 8 أشخاص	
1 كلغ و 1/2 من اللحم	ملء ملعقة موخا من الزعفران
(كتف وضلوع الخروف	(خليط من الزعفران الحر المدقوق
أو ساق	والزعفران العادي)
1 كلغ و 1/2 من السفرجل	بصلتان كبيرتان مقطعتان شرائح
ملعقة قهوة واحدة	200 غرام من الزبدة
مملوءة جيدا بالإبزار	ملـح

يقطع اللحم قطعا وزن القطعة الواحدة 150 غرام تقريبا. يشلل، ويوضع في طاوة. يملح، ويضاف إليه الإبزار، والزعفران، والبصلة المقطعة شرائح والزبدة. يغطى بالماء. ينضج مغطى مع تحريكه بين الحين والحين.

عندما ينضج اللحم فينتش بالاصابع في سهولة، يخرج من المرقة.

يرمى في الطاوة، التي مازالت على النر، السفرجل المشطور نصفين، أو المقطوع إلى أربع، بحسب كبره، الذي قلعت زريعته ولم يقشر. يضاف إليه البصل المقطع شرائح، وقليل من الملح. يغطى حتى نصفه بالماء. من الخير أن يُراقَب إنضاج السفرجل في انتباه، فبعض السفارج ينضج أسرع من بعض، إذن، تخرج السفارج أولا بأول حسب نضجها. يقلّى الطبيخ حتى الحصول على مرقة ثخينة، ثم يرفع عن النار.

وفي وقت تقديم الطعام، يعاد اللحم إلى الطاوة، ويحتاط أن لا يُسْحق السفرجل . يسخن الكل على نار خفيفة. تصفف قطع اللحم في صحن مستدير، ويجعل عليها السفرجل، ثم تصب المرقة من فوق.

طاجين السفرجل بالعسل

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم
(كتف وضلوع الخروف أو ساق العجل)
1 كلغ و 1/2 من السفرجل
200 غرام من الزبدة
ملعقة قهوة من الإبزار
ملعقة موخا من الزعفران
(خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
عود قرفة
بصلتان كبيرتان مبشورتان
ملعقتا حساء من سنيدة (السكر المسحوق)
ملعقة حساء من مسحوق القرفة
5 ملاعق حساء من العسل الجامد

يقطع اللحم قطعا وزن القطعة الواحدة 150 غرام تقريباً. تشلل وتوضع في الطاوة. تملح. ويضاف إليها الإبزار. والزعفران. وعود القرفة. والزبدة. والبصل المبشور. يغطى اللحم بالماء. ينضج مغطى مع تحريكه من حين لآخر. ويزاد فيه الماء في غضون الطبخ إن دعت الحاجة.

عندما يوشك اللحم أن ينضج ، يزاد عليه السكر والقرفة. يخلط الكل. وحينما ينقلع اللحم بالأصابع في سهولة. يخرج من المرق. ويرمى في الطاوة التي لا تزال على النار. السفرجل المقسوم شطرين. أو المقطوع إلى أربع بحسب كبره. الذي قلعت زريعته ولم يقشر . يضاف إليه العسل. ويترك ليطبخ على نار خفيفة. من المفيد أن يراقب إنضاج السفرجل . لأن بعض السفارج تنضج أسرع من بعض؛ من أجل ذلك ينبغي أن تخرج السفارج أولا بأول بحسب نضجها. ثم تترك المرقة تتقلّى إلى أن تصير ثخينة. ترد إلى الطاوة قطع اللحم وشطور السفرجل. وتترك لتتقلّى على نار خفيفة مدة عشر دقائق لكي تتشبع السفارج جيدا بالمرقة.

يقدم حاميا جدا في صحن مستدير. بأن تصفف قطع اللحم أولا. وتوضع عليها شطور السفرجل. وتصب تلك المرقة المعسلة من فوق.

طاجين اللحم بالقلقاس ; البطاطا القَصَبِيَّة) « مقلّي »

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم
(كتف وضلوع الخروف
أو ساق العجل)
ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالزنجبيل
حفنة واحدة من البقدونس المفروم
ثلاثة أرباع المغرفة من زيت الكاوكاو
ملعقة موخا من الزعفران
(خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
2 كلغ من القلقاس
ليمونة واحدة مرقدة
بضع زيتونات مرقدة
عصير ليمونة حامضة ـ ملح

يقطع اللحم قطعا وزن القطعة 150 غرام تقريبا، تشلل وتوضع في طاوة . تملح، ويضاف إليها الزنجبيل، والزعفران، والزيت، ثم تغطى بالماء. تنضج مغطاة مع تحريكها من حين لآخر. يزاد فيها الماء في أثناء الطبخ عند الحاجة.

ومن جهة أخرى، يقشر القلقاس في عناية، ويقصص قطعا من حجم الجوزة، ويرمى به أولا بأول في صحن به ماء مخلل.

حينما ينضج اللحم وينقلع بالأصابع في يسر، يخرج من المرق ويحتفظ به جانبا.

عندئذ يشلل القلقاس ويرمى في الطاوة التي لم يبق فيها سوى المرقة. يزاد فيه البقدونس المفروم ويغطى بالماء، وينضج مغطى على نار معتدلة الحرارة. يراقب نُضْج الخضر في بالغ العناية، بحيث يخرج القَلقاس أولا بأول بحسب نضجه، فبعض القلقاس يَنْضُج أسرع من بعض.

وعندما تنضج قطع القلقاس جميعها، يرد اللحم والخضر إلى الطاوة، ويضاف إليها عصير الليمون الحامض، والزيتون المرقد، وقشرة الليمون المرقد مقصصة قطعا. يترك الطبيخ يتقلّى حتى الحصول على مرقة ثخينة. يذاق الملح والتوابل، ويرفع عن النار. يرتب في صحن مستدير، بأن تصفف قطع اللحم ، وتغطى بالخضر، وتزين بالزيتون وقطع قشرة الليمونة الحامضة.

طاجين اللحم بالقلقاس (البطاطا القَصْبِيّة) « قدرة »

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم

(كتف وضلوع الخروف أو ساق العجل)

2 كلغ من القلقاس

ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالإبزار

ملعقة موخا من الزعفران (خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)

150 غرام من الزبدة

بصلة واحدة مبشورة

حفنة واحدة من البقدونس المفروم

عصير ليمونة حامضة واحدة ـ ملح

يقطع اللحم قطعا وزن القطعة الواحدة 150 غرام تقريبا، تشلل وتوضع في الطاوة . تملح، ويضاف إليها الإبزار، والزعفران، والزبدة، والبصلة المبشورة وتغطى بالماء. ينضج مغطى مع تحريكه بين الحين والحين، ويزاد فيه الماء في غضون الطهي إن اقتضى الحال.

ومن جهة أخرى، يقشر القلقاس في عناية، ويقصص قطعا من حجم الجوزة، ويرمى بالقطع أولا بأول في صحن به ماء مخلل قليلا.

وعندما ينضج اللحم وينقلع بالأصابع في سهولة، يخرج من المرق ويحتفظ به جانبا. يشلل القلقاس ويرمى في الطاوة التي لم يبق فيها سوى مرقة اللحم. يذر عليه الملح، ويضاف إليه البقدونس المفروم. يغطى بالماء، وينضج مغطى على نار معتدلة. من الخير أن يراقب الطبخ في عناية، بحيث تخرج الخضر أولا بأول بحسب نضجها، فنضج بعضها يتطلب وقتا أطول من ما يتطلبه البعض الآخر. حينما تنضج قطع القلقاس جميعها، يرد اللحم والخضر إلى الطاوة، ويصب فيها عصير الليمون الحامض، ثم يقلّى الطبيخ إلى أن تصير المرقة ثخينة. يذاق الملح والتوابل، ثم ترفع الطاوة عن النار. تصفف قطع اللحم في صحن مستدير. وتغطى بالخضر، ثم تصب من فوقها المرقة.

طاجين اللحم بالجَزَر

المقادير لـ 6 الى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم (كتف وضلوع الخروف أو ساق العجل)

ملعقة موخا من الزعفران (خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)

ليمونة مرقدة

2 كلغ من الجزر
ملعقة قهوة واحدة
من الزنجبيل
مغرفة واحدة من زيت كاوكاو
فص ثوم مهروس
ملـح.

عشر زيتونات مرقدة
1/2 كأس شاي إلى كاس من عصير الليمون
الحامض بحسب الذوق
حفنة من البقدونس المفروم

يقصص الجزر فرمات على غرار سلاطة الخضر المقدونية. تغسل الفرمات وتقطر.
يقطع اللحم قطعاً وزن القطعة 150 غرام تقريبا. تشلّل وتوضع في طاوة.
يملح، ويضاف إليه الزنجبيل، والزعفران، والزيت ، والثوم المهروس.
يغطى بالماء.
وبعد 1/2 ساعة من الغلي، تحرك الطاوة من أجل خلط التوابل، ثم يرمى فيها الجزر، ويذر عليه الملح وحفنة من البقدونس المفروم. ينضج مغطى، ويزاد فيه الماء في غضون الطهي عند الاقتضاء.
حينما ينضج اللحم والجزر، يضاف إليه قشر الليمون المرقد، والزيتون وعصير الليمون الحامض، يترك على النار حتى يتقلّى، وتصير مرقته ثخينة. ترفع الطاوة عن النار بعد أن يذاق الملح والتوابل. تصفف قطع اللحم في صحن مستدير، وتغطى بالجزر، وتزين بالزيتون وقشر الليمون المرقد.
يصب المرق من فوق الكل، وتقدم هذه الأكلة حامية جدا.

طاجين التسْبْاس « الشمار » باللحم « مقلّى »

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص
1 كلغ و 1/2 من اللحم
(كتف وضلوع الخروف أو ساق العجل)
2 كلغ من البسباس
ملعقة قهوة من الزنجبيل
ملعقة موخا من الزعفران (خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
فص ثوم
ملء ثلاثة أرباع المغرفة من زيت كاوكاو
1/2 كأس شاي من عصير الليمون الحامض، قد يزاد على هذا القدر أو ينقص منه بحسب الذوق
عشر زيتونات مرقدة.
ليمونة مرقدة
ملء ملعقة قهوة من الطحين
ملـح.

تقطع رؤوس البسباس بالطول على أربع، بعد أن يقلع عنها الغشاء الفوقي للساق . توضع هذه القطع في الماء المخلل خفيفا، ويحتفظ بها جانبا.
يقطع اللحم قطعا وزن القطعة 150 غرام تقريبا، تشلل، وتوضع في طاوة، تملح، ويضاف إليها الزعفران، والزنجبيل، والثوم المهروس والزيت، يغطى الكل بالماء، وينضج مغطى مع تحريكه بين الحين والحين.
يزاد فيه الماء في أثناء الطبخ إن اقضت الحال.
عندما ينضج اللحم ويسهل نتشه بالأصابع، يخرج من المرقة ويوضع جانباً. تشلل قطع البسباس وترمى في الطاوة التي ما زالت على النار.
تغطى بالماء، وتنضج مغطاة.
وفي نهاية الطبخ، يزاد قشر الليمون المرقد مقصصا إلى أربع ـ والزيتون

المرقد، وعصير الليمون الحامض. تطلق ملعقة قهوة من الطحين في قليل من الماء، ويصب هذا الخليط فى المرقة لتعقيدها. تترك لتتقلّى حتى الحصول على مرق ثخين يرد اللحم إلى الطاوة من غير أن يسحق البسباس. يتحقق أن الطبيخ قد أخذ حقه من الملح والتوابل. ثم يرفع عن النار. يرتب فيه صحن مستدير بأن تصفف فيه قطع اللحم أولا، ثم تغطى بالبسباس تزين بالزيتون وقشر الليمون المرقد. تصب المرقة من فوق، وتقدم الأكلة في الحال.

طاجين اللحم « مقلّي بالقرعة الحمراء » (مدَرْبَل)

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم (كتف وضلوع الخروف أو ساق العجل)
ملء ملعقة قهوة من الزنجبيل ـ ملء ملعقة موخا من الزعفران
(خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
ملء مغرفة من زيت كاوكاو
فص ثوم مهروس
ملء ملعقة قهوة من الطحين
6 كلغ من القرعة الحمراء
300 غرام من سكر سنيدة
ملء ملعقة حساء من مسحوق القرفة (انظر طريقة إعداد القرعة الحمراء في طاجين الدجاج «مدربل» صفحة 78).
ملح.

يقطع اللحم قطعا وزن القطعة 150 غرام تقريباً. يشلل ويوضع في طاوة. يملح ويضاف إليه الزعفران. والزنجبيل. والثوم المهروس. والزيت. يغطى الكل بالماء. يطبخ مغطى مع تحريكه من حين لآخر. ويزاد فيه الماء خلال الطبخ عند الحاجة.
حينما ينضج اللحم فينقلع بالأصابع في يسر. يقلّى الطبيخ حتى الحصول على مرقة ثخينة. تعقد هذه المرقة بملعقة قهوة من الطحين المطلوق في قليل من الماء. يترك يغلي.
ومن جهة أخرى. يسخن اللحم عندما يحين وقت الطعام. ثم يرتب في صحن . ويجعل فوقه مربى القرع حاميا جدا. وتصب المرقة على الجوانب ومن فوق.

طاجين اللحم بالبطاطا (مقلّي)

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم
(كتف وضلوع الخروف أو ساق العجل)
ملعقة قهوة مملوءة جيدا من الزنجبيل
ملعقة موخا من الزعفران (خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادى)
ملء مغرفة من زيت كاوكاو
فص ثوم مهروس
دزينة من الزيتون المرقد
ليمونة مرقدة
ملح.

يختار، أول الأمر، نوع من البطاطا لا يتفتت عند الطبخ . تقشر البطاطا وتقطع قطعا من حجم الجوزة. وترمى أولا بأول في صحن مملوء بالماء.
ومن جهة أخرى، يقطع اللحم قطعا زنة القطعة 150 غرام تقريبا. يشلل ويوضع في طاوة. يملح. ويضاف إليه الزنجبيل . والزعفران والثوم المهروس ، والزيت . يغطى بالماء.

ينضج مغطى ويحرك بين الحين والحين. يزاد فيه الماء خلال الطبخ إن دعت الضرورة لذلك. عندما ينضج اللحم وينقلع بالأصابع في سهولة، يخرج من المرقة ويحتفظ به جانبا. تشلل البطاطا وترمى في الطاوة التي بقيت فيها المرقة وحدها ثم تغطى البطاطا بالماء، وتنضج مغطاة.

وفي نهاية الطبخ ، يزاد في الطاوة قشر الليمون المرقّد المقصّص قطعا، والزيتون المرقد. يترك الطبيخ يتقلّى حتى الحصول على مرقة ثخينة. يذاق الملح والتوابل . يرد اللحم إلى الطاوة من دون أن تسحق البطاطا، ثم ترفع الطاوة عن النار.

يرتب اللحم في صحن مستدير، ويغطى بالبطاطا ويزين بالزيتون والليمون المرقد ثم تصب المرقة من فوق. **تقدم هذه** الأكلة حامية جدا.

طاجين اللحم بالبطاطا (قدرة).

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم

(كتف وضلوع الخروف أو ساق العجل)

1 كلغ و 1/2 من البطاطا

بصلة مبشورة

ملعقة قهوة مملوءة جيدا من الإبزار

ملعقة موخا من الزعفران (خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)

150 غرام من الزبدة

حفنة من الكسبرة المفرومة

ملح.

يختار ـ أول الأمر ، نوع من البطاطا لا يتفتت عند الطبخ. تقشر البطاطا وتقطع قطعا من حجم الجوزة، وترمى أولا بأول في صحن مملوء بالماء.

ومن جهة أخرى يقطع اللحم قطعا زنة القطعة 150 غرام تقريباً. يشلل ، ويوضع في الطاوة. يملح ويضاف إليه الإبزار، والزعفران، والبصل المبشور والزبدة. يغطى بالماء ـ ينضج مغطى مع تحريكه من حين لآخر، ويزاد فيه الماء في أثناء الطبخ عند الحاجة.

حينما ينضج اللحم ويسهل نتشه بالأصابع يخرج من المرقة ويحتفظ به جانبا.

تشلل قطع البطاطا، ويذر عليها الملح، والإبزار، ومقدار رأس سكين من الزعفران، والكسبرة المفرومة، يخلط جيدا، ترمى البطاطا في الطاوة التي بقيت فيها المرقة وحدها. تغطى بالماء، وتنضج مغطاة على نار معتدلة الحرارة.

يقلّى الطبيخ في أثناء الطهي حتى الحصول على مرقة ثخينة. يذاق الملح والتوابل، وترفع الطاوة عن النار فَوْرَ نضج البطاطا.

وعند تقديم الطعام، يرجع اللحم إلى الطاوة من غير سحق البطاطا. يسخن ولا يترك يتقلّى أكثر. يرتب في صحن مستدير، بأن تصفف قطع اللحم أولا، ثم تغطى بالبطاطا وتصب من فوقها المرقة، وتقدم الأكلة فوراً.

طاجين اللحم بالبطاطا (مشرمل)

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم (كتف وضلوع الخروف أو ساق العجل)

1 كلغ من البطاطا.

ملعقة قهوة مملوءة حتى الشفة بالزنجبيل
قبصة من الزعفران الحر المدقوق أو من الزعفران العادي
ملعقة قهوة من الفلفل الأحمر الحلو
ملعقة قهوة مملوءة حتى الشفة من الكمون
بصلتان مبشورتان
حفنة من البقدونس والكسبرة مفرومين ومخلوطين
مغرفة من زيت كاوكاو
ملء كأس شاي من عصير الليمون الحامض (يزاد أو ينقص من هذا القدر بحسب الذوق)
ليمونة مرقدة
عشر زيتونات مرقدة
ملح.

يختار، أول الأمر، نوع من البطاطا لا يتفتت عند الطبخ. تقشر البطاطا، وَتُقطَّع فرمات كبيرة وترمى أولا بأول في صحن مملوء بالماء. يقطع اللحم قطعا وزن القطعة 150 غرام على التقريب.

يشلل، ويوضع في طاوة. يملح، ويضاف إليه الزنجبيل، والزعفران، والزيت، والبصل المبشور ثم يغطى بالماء. ينضج مغطى مع تحريكه بين الحين والحين. ويزاد فيه الماء خلال الطبخ إن دعت الحاجة.

حينما يوشك اللحم النضجَ، تشلل البطاطا، وتخلط بالكسبرة والبقدونس المفروم. ويضاف إليها الفلفل الأحمر الحلو والكمون. وعند نضج البطاطا يزاد عليها الليمون الحامض، والزيتون المرقد، وقشر الليمون المرقد المقصص قطعا. وبعد ذلك تترك تتقلّى بضع دقائق، وترفع عن النار عندما تصير المرقة جد ثخينة.

يرتب في صحن مستدير، بأن تصفف قطع اللحم أولا، ثم تغطى بالبطاطا، وتزين بالزيتون والليمون المرقد، وتصب المرقة من فوق. تقدم هذه الأكلة جد حامية.

طاجين اللحم باللفت (اللفت البلدي ذو الطوق البنفسجي) « قدرة »

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص
1 كلغ و 1/2 من اللحم
(كتف وضلوع الخروف أو ساق العجل)
2 كلغ من اللفت (البلدي ذو الطوق البنفسجي)
مقطعا دوائر من سُمْك 3 إلى 4 ملم

نفس طريقة إعداد طاجين اللحم بالبطاطا ، قدرة (الصفحة 120)

طاجين اللحم بمس لالّة (زيتون أخضر مهروس)

يلزم 2 كلغ من الزيتون المقلوع النوى لـ 1 كلغ و 1/2 من اللحم المقطع قطعا وزن القطعة 150 غرام.

نفس طريقة إعدادالدجاج بمس لاللة (انظر الوصفة في الصفحة 77)

طاجين اللحم باللوز والبصل (قدرة)

المقادير لـ 6 الى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم	150 غرام من الزبدة
(كتف وضلوع الخروف	ملعقة قهوة من الإبزار
أو ساق العجل)	ملعقة موخا من الزعفران
200 غرام من اللوز	(خليط من الزعفران الحر المدقوق
1 كلغ و 1/2 من البصل	والزعفران العادي)
حفنة من البقدونس المفروم	ملح.

يقطع اللحم قطعا زنة القطعة 150 غرام تقريبا ، تشلل. يوضع اللحم في طاوة، يملح، يزاد عليه الإ بزار، والزعفران، والزبدة، وبصلتان مقطعتان شرائح واللوز المقشور. يغطى الكل بالماء. يطبخ مغطى مع تحريكه من حين لآخر، ويزاد فيه الماء خلال الطهي إن دعت الحاجة.

حينما ينضج اللحم وينقلع بالأصابع في سهولة، تخرج قطع اللحم من الطاوة وتحفظ جانباً. يُرْمَى في المرقة التي لا تزال على النار بقية شرائح البصل، والبقدونس المفروم، وقليل من الملح وقبصة من الزعفران ... تحرك الطاوة لكي يخلط الطبيخ جيدا. يرفع الغطاء عن الطاوة ويواصل الطهي.

وعندما ينضج البصل، وينبغي أن لا ينحلّ أو يذوب، يتذوق الملح وترفع الطاوة عن النار. يلزم أن تكون المرقة خفيفة من غير أن تكون كثيرة المُيوعة.

وعند تسخين الطبيخ ، ترد قطع اللحم إلى الطاوة، وحينما تحمى جيدا، ترتب في صحن مستدير، ويجعل عليها البصل واللوز، ثم تصب المرقة من فوق، وتقدم فورا.

طاجين اللحم بالحمّص والبصل (قدرة)

نفس طريقة إعداد طاجين اللحم باللوز والبصل (الوصفة أعلاه)

يعوض اللوز بمقدار كأس ماء من الحمص المنقوع في الماء من الأمس والمقشور في الصباح.

طاجين اللحم بالرّزّ واللوز (قدرة)

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم	150 غرام من الزبدة
(كتف وضلوع الخروف أو ساق العجل)	150 غرام من اللوز
ملعقة قهوة من الإبزار	كأس ماء مملوء إلى ثلاثة أرباعها بالرز الصقيل
نصف ملعقة قهوة من الزعفران	حفنة بقدونس مفروم
(خليط من الزعفران الحر	1/2 كأس شاي من عصير الليمون الحامض
المدقوق والزعفران العادي)	(ينقص منه أو يزاد بحسب الذوق)
بصلتان مبشورتان.	

يقصص اللحم قطعا وزن القطعة 150 غرام تقريبا، تشلل. يوضع اللحم في طاوة. يملح ويضاف إليه الإ بزار، والزعفران، والزبدة، والبصل المبشور، واللوز المقشور، يغطى بالماء. ينضج مغطى ويحرك من حين لآخر. يزاد فيه الماء خلال الطهي عند الاقتضاء.

ومن جهة أخرى. يطبخ الرز على حدة، في الماء الغليان، المملح قليلا، مدة الطهي 20 دقيقة تقريبا، يشلل الرز ويقطر.

عندما ينضج اللحم وينقلع بالأصابع في سهولة، يزاد البقدونس المفروم وعصير الليمون الحامض. ويقلّى الطبيخ حتى الحصول على مرقة ثخينة.

وفي وقت تقديم الطعام، يسخن اللحم على حدة. يوخذ نصف المرق ليسخن فيه بسرعة الرز الذي ينبغي أن لا يتعجّن.

تصفف قطع اللحم في صحن مستدير. ويجعل عليها الرز واللوز وتصب المرقة الباقية من حواليها.





الطاجين بالقنارية (نوع من الخرشوف لا شوك له تقريبا يزرع في البساتين)

المقادير لـ 8 إلى 10 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم (كتف وضلوع الخروف أو ساق العجل)

3 أو 4 رؤوس قنارية

ملعقة قهوة مملوءة جيدا من الزنجبيل

نصف ملعقة قهوة من الزعفران

(خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)

ملء مغرفة من زيت كاوكاو

ملعقة حساء من زيت الزيتون

فص ثوم مهروس

ليمونتان مرقدتان

عشر زيتونات مرقدة

مقدار نصف كأس شاي من الليمون الحامض (ينقص منه أو يزاد بحسب الذوق)

ملح.

في أول الأمر، تقشر القنارية بعد أن تقطع رؤوسها . يراعى في عناية تنقية جهة القنارية الليفية من جميع أليافها . تقصص القنارية قطعا طول القطعة من 4 إلى 5 سنتم مع نزع القشرة الملساء التي على الوجه المجوف للقنارية في كل مرة . ينبغي أن ينجز هذا التقشير في دقة حتى لا يَسوَدّ لون القنارية حين الطهي . ولكي تبقى طرية فتية. ترمى قطع القنارية المقشورة في صحن به ماء مخلل قليلاً.

تشطر رؤوس القنارية شطرين . تقشر كما قشرت أضلاع القنارية. وتوضع وحدها في طنجرة ماء.

ومن جهة أخرى، يقطع اللحم قطعا وزن القطعة 150 غرام تقريبا. يشلل ويقطر، ويوضع في طاوة. يملح ويضاف إليه الثوم المهروس، والزيت والزعفران، والزنجبيل. يغطى بالماء. يترك يغلي على نار متقدة . ثم تزاد فيه القنارية. يحتفظ بالرؤوس . تغطى القنارية تماما بالماء (وذلك لكي لا يسودّ لونها). ينضج مغطى. وبعد نصف ساعة من الغليان. تلقى رؤوس القنارية في الطبيخ. يتذوق الملح. ولا يعاد وضع الغطاء على الطاوة.

حينما ينضج اللحم وتصير القنارية طرية فتية. الأمر الذي يتطلب غالبا نفس مدة الطهي، ساعتين تقريبا . يضاف إلى الطاوة قشر الليمون المرقد المقصص قطعا ، والزيتون المرقد. وعصير الليمون الحامض. تعقد المرقة بملء ملعقة قهوة من الطحين المطلوق في قليل من الماء. يترك يتقلّى حتى الحصول على مرقة ثخينة. ثم يرفع عن النار.

يرتب في صحن مستدير بحيث تغطي القنارية قطع اللحم. ويزين بالليمون والزيتون المرقد.

ملحوظة : إذا تبقى بعد طهي اللحم والقنارية مرق كثير، صب هذا المرق في طاوة وترك على النار يتقلّى

الطاجين ، بأضلاع الكرْنينة.

نوع من الخرشوف البرّي، أوراقه شائكة . وأضلاعه دقيقة بيضاء فتية. تقشيره يتطلب زمنا طويلا. يلزم عشرة رؤوس من الكرنينة لصنع طاجين من 1 كلغ و 1/2 من اللحم . كتف وضلوع الخروف أو ساق العجل.

نفس طريقة اعداد وتقشير طاجين القنارية أعلاه.

طاجين بالخرشوف البرّي

نفس طريقة إعداد طاجين القَنّارِيّة الموصوف في الصفحة السابقة. تقشيرهُ أكثر صعوبة من تقشير القنارية. فأضلاعه شائكة جداً. غير أن مذاقه ألذ طعما وأجود نُكْهة.

طاجين اللحم بالقوق البرّي (قدرة ـ طاجين)

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم (كتف وضلوع الخروف أو ساق العجل)
5 كلغ من القوق البرّي
1 كلغ من البصل الصغير
نصف ملعقة قهوة من الزنجبيل
ملعقة قهوة مملوءة حتى الشفة بالإبزار
مقدار رأس سكين من الكمون
1/2 مغرفة من زيت كاوكاو
100 غرام من الزبدة
ملعقة موخا من الزعفران
(خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
بصلة مبشورة
حفنة بقدونس مفروم
1/2 كأس شاي من عصير الليمون الحامض
ملـــح.

في أول الأمر، يقلع شوك القوق بعناية بحيث لا يحتفظ منه إلا بالقلوب. ترمى قلوب القوق المنقاة أوّلا بأول في صحن ماء مخلل قليلا.

ومن جهة أخرى يقطع اللحم قطعا وزن القطعة 150 غرام تقريبا. يشلل ويوضع في طاوة. يملح ويضاف إليه الزنجبيل، والإبزار، والزعفران، والكمون، وبصلة مبشورة، والزبدة والزيت. يغطى الكل بالماء. ينضج مغطى مدة ساعة، مع تحريكه من حين لآخر. ويزاد فيه البصلات الصغيرة صحيحة، والماء عند اللزوم. يترك يتقلّى على نار خفيفة حتى ينضج اللحم تماما.

عندما ينقلع اللحم بالأصابع في سهولة، يخرج من المرقة، ويخرج منها كذلك البُصَيْلات فور نضجها.

عندئذ، يرمى في الطاوة التي لا تزال على النار القوق المشلل جيداً. يذر عليه الملح ذرّا خفيفا. يزاد فيه البقدونس المفروم ويغطى بالماء. يترك يتقلّى على نار معتدلة الحرارة، ثم يزاد فيه عصير الليمون الحامض. يقلّى حتى الحصول على مرقة ثخينة، ويرفع عن النار. يرد اللحم والبصل في الطاوة مع الاحتياط أن لا يندق القوق. يسخن على نار خفيفة في وقت تقديم الطعام. يرتب في صحن مستدير، وتغطى قطع اللحم بقلوب القوق، تفرق البصيلات من فوق، وتصب المرقة على الكل.

ملحوظة : يحتفظ بزغب القوق لإعداد الحليب الرايب. ينشر الزغب على قطعة ثوب ليبيس في الشمس مدة أيام متتالية، ثم يدق في المهراس.

طاجين اللحم بالقوق البرّي (قدرة)

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم
(كتف وضلوع الخروف، أو ساق العجل)
5 كلغ من القوق البرّي
بصلتان مقطعتان شرائح رقيقة
حفنة بقدونس مفروم
ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالإبزار
ملعقة موخا من الزعفران
(خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
150 غرام من الزبدة
ملـــح.

في أول الأمر. ينزع شوك القوق بعناية . بحيث لا يحتفظ منه إلا بقلوبه.
ترمى قلوب القوق المنقاة أولا بأول في صحن به ماء مخلل قليلا.
ومن جهة أخرى. يقطع اللحم قطعا وزن القطعة 150 غرام تقريبا، يشلل، ويوضع في طاوة. يملح. ويضاف إليه الإبزار، والزعفران. وشرائح البصل. والزبدة، يغطى بالماء. ينضج مغطى ويحرك من حين إلى حين. يزاد فيه الماء خلال الطهي عند اللزوم.

عندما ينضج اللحم وينقلع بالأصابع في يسر. يخرج من المرق ويحتفظ به جانبا.
ترمى قلوب القوق المشللة جيدا. في الطاوة التي بقيت على النار، ثم يذر عليها الملح ذرا خفيفاً. يزاد فيها البقدونس المفروم ويغطى بالماء. يطبخ على نار معتدلة الحرارة . ثم يترك يتقلّى حتى الحصول عى مرقة خاثرة.
إذا لوحظ اسْوِدادُ لون القوق. عصرت فوقه ليمونة حامضة.

ترجع قطع اللحم إلى الطاوة مع العناية أن لا تدق قلوب القوق.

وعند تقديم الطعام. يرتب في صحن مستدير بحيث يغطى القوق قطع اللحم، ثم تصب المرقة على الكل.

طاجين اللحم بالقوق البرّي (مقلّي)

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص
- 1 كلغ و 1/2 من اللحم
- (كتف وضلوع الخروف أو ساق العجل)
- 5 كلغ من القوق البري
- ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالزنجبيل
- ملعقة موخا من الزعفران
- (خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
- ثلاثة أرباع مغرفة من زيت كاوكاو
- قشرة ليمونة مرقدة
- 7 إلى 8 زيتونات مرقدة
- ملح.

في أول الأمر. ينزع شوك القوق في عناية بحيث لا يحتفظ منه إلا بالقلوب. ترمى قلوب القوق المنتقاة أولا بأول في صحن ماء مخلل قليلا.
ومن جهة أخرى يقطع اللحم قطعا وزن القطعة 150 غرام على التقريب. يشلل. يملح ويضاف إليه الزنجبيل، والزعفران ، والزيت، يغطى بالماء. ينضج مغطى مع تحريكه من حين لآخر . يزاد فيه الماء في أثناء الطبخ عند الاقتضاء.
عندما ينضج اللحم فيسهل نتشه بالأصابع. يخرج من المرق ويحتفظ به جانبا.
عندئذ . يرمى في الطاوة التي مازالت على النار قلوب القوق المشللة جيدا، ويغطى بالماء. يطبخ على نار معتدلة الحرارة، ثم يضاف إليه قشرة الليمونة المرقدة، والزيتون ويقلّى حتى الحصول على مرقة خاثرة.
وبعد ذلك ترد قطع اللحم إلى الطاوة، ويحتاط أن لا ينسحق القوق. وعند تقديم الطعام. تصفف قطع اللحم في صحن مستدير، ثم تغطى بالقوق، وتصب المرقة من فوق . تقدم هذه الأكلة جد حامية.

طاجين اللحم بالقوق البرّي والجلبان

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم (كتف وضلوع الخروف أو ساق العجـــــل)
2 كلغ من القوق
1 كلغ و 1/2 من الجلبان
ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالزنجبيل
عشر زيتونات مرقدة
ملعقة موخا من الزعفران (خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
فص ثوم مهروس
مغرفة من زيت كاوكاو
قشرة ليمونة مرقدة
ملـــــح.

يقشر القوق في عناية أول الأمر بحيث لا يستعمل منه سوى القلوب. ترمى هذه القلوب المنقاة أولا بأول في صحن ماء مُخَلل.
يُفْتَصُّ الجلبان ويحتفظُ به جانبا.
يقطع اللحم قطعا زنة القطعة 150 غرام تقريباً. يشلل ويوضع في طاوة. يملح. ويضاف إليه الزنجبيل. والزعفران. والثوم. والزيت. يغطى بالماء. ينضج مغطى مع تحريكه بين الحين والحين. يزاد فيه الماء خلال الطهي عند الحاجة.
عند ما ينضج اللحم وينقلع بالأصابع في سهولة. يخرج من المرق. يرمى الجلبان. بعد أن يشلل. في الطاوة التي بقيت فيها المرقة وحدها. وينضج مغطى.
عندما يقارب الجلبان النضج. يُضاف إليه قلوب القوق والماء إن دعت الحاجة إليه.
وبعد أن ينضج القوق. يرد اللحم في الطاوة. ويضاف إليه قشر الليمون المرقد المقصص قطعا. والزيتون المرقد. يترك يغلي بضع غليات. ثم يرفع عن النار عند ما تصير المرقة خاثرة. يرتب في صحن مستدير بأن تغطي الخضر اللحم. ويزين بالزيتون والليمون المرقد وتصب المرقة من فوق. تقدم هذه الأكلة حامية جدا.

طاجين اللحم بالقوق (قدرة طاجين، أو قدرة، أو مقلّي)

يمكن استبدال القوق البري بالقوق العادي في الوصفات الثلاثة المفصلة سابقا (انظر طريقة الإعداد في الصفحة 126، والصفحة 127).

طاجين بالباذنجان المقلّي

المقادير لإعداد 1 كلغ و 1/2 من اللحم (كتف وضلوع الخروف أو ساق العجل)، لإطعام 6 إلى 8 أشخاص.
2 كلغ و 1/2 من الباذنجان
ملء ملعقة موخا من الزعفران (خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالزنجبيل
1/2 مغرفة من زيت كاوكاو
فص ثوم مهروس
ملء كأس شاي من عصير الليمون الحامض يخصص منه
2/3 للباذنجان المقلّي و
1/3 للمرقة
ملح.

نفس طريقة إعداد الدجاج بالباذنجان المقلّي (انظر الصفحة 75)

طاجين كَباب مَغْدُور

كَباب مغْدور يعني : كباب مغْشوش
والحق أن هذه التسمية لم تطلق عليه عبثا. وبالفعل، فإن هذا الطاجين يعمل من عظام عليها أثارة من اللحم الذي نزع منها وعملت به سفافيد الكباب. يضاف إلى هذه العظام أيضاً أي جزء من لحم الخروف نحو الفخذ والظهر، والكتف الخ ... يقطع قطعا متوسطة من حجم بيضة الدجاج.

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم
100 غرام من الزبدة
ملء ملعقة قهوة من الفلفل الأحمر الحلو
ملعقة قهوة مملوءة حتى الشفة من الكمون
فلفل حريف مدقوق بحسب الذوق
ملء ملعقة قهوة من الطحين .
ملح.

تقصص قطع اللحم، تشلل، وتوضع في طاوة، تملح، ويضاف إليها الفلفل الأحمر الحلو، والكمون، والزبدة. يغطى بالماء، ينضج مغطى مع تحريكه من حين لآخر. يزاد فيه الماء في غضون الطبخ عند الاقتضاء.
حينما ينضج اللحم وينقلع بالأصابع في سهولة، يقلّى الطبيخ حتى الحصول على مرقة خاثرة. تعقد المرقة عند اللزوم بملعقة قهوة من الطحين المطلوق في قليل من الماء.
يترك يغلي ثم يرفع عن النار.
يقدم، وبخاره يتصاعد، في طاجين سلاوي.

طاجين كَباب مَغْدور بالبيض

يعمل هذا الطاجين على غِرار كباب مغدور الموصوف أعلاه.
عند تقديم الطعام، يسخن في طاجين سلاوي على نار هادئة، تكسر في الطاجين بضع بيضات، يذر قليل من الملح الرقيق على هذا البيض، ويرفع الطاجين عن النار عندما ينضج بياض البيض. يقدم حاميا جدا.

طاجين اللحم (طِياب لسان)

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم . يؤخذ من أي جزء من أجزاء الخروف أو العجل
بصلتان مبشورتان
ملء ملعقة قهوة من الفلفل الأحمر الحلو
100 غرام من الزبدة
ولما بعد الطهي
1/2 ملعقة قهوة من الكمون
ملعقة قهوة مملوءة جيدا من زريعة الكسبرة المدقوقة
1/2 كأس شاي من الخل
ملح.

يقصص اللحم قطعا من حجم بيضة الدجاج تقريبا. يشلل ويوضع في طاوة. يملح، ويضاف إليه البصل المبشور، والفلفل الأحمر الحلو، والزبدة . يغطى بالماء، يطبخ مغطى مع تحريكه من حين لآخر، ويزاد فيه الماء في أثناء الطبخ إن اقتضت الحال.

وفي نهاية الطبخ، يزاد الكمون، وزريعة الكسبرة المدقوقة والخل. يقلّى حتى الحصول على مرقة خاثرة. ترفع الطاوة عن النار حينما ينضج اللحم وينفصل بالأصابع في سهولة ويسر.

يقدم حاميا جدا في طاجين سلاوي.

طاجين اللحم « مقلي »

المقادير لـ 6 أشخاص

- 1 كلغ و 1/2 من اللحم (كتف وضلوع الخروف أو ساق العجل)
- ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالزنجبيل
- ملعقة موخا من الزعفران (خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
- بصلة صحيحة.
- فص ثوم مهروس
- 1/2 مغرفة من زيت كاوكاو
- 50 غراما من الزبدة
- 10 زيتونات مرقدة
- ليمونة مرقدة
- ملعقة قهوة من الطحين
- ملح.

يقطع اللحم قطعا وزن القطعة 150 غرام تقريبا. يشلل ويوضع في طاوة. يملح ويضاف إليه الزنجبيل، والزعفران، والزيت، والزبدة والثوم المهروس والبصيلة الصحيحة. يغطى بالماء، ينضج مغطى مع تحريكه بين الفينة والفينة؛ يزاد فيه الماء خلال الطبخ عند الاقتضاء. تخرج البصيلة الصحيحة من المرق بمجرد نضجها.

حينما ينضج اللحم وينفصل بالأصابع في يسر، تطحن البصيلة في طاحونة الخضر، بشبكتها ذات العيون الأكثر دقة، أو في المازجة (ميكسير) مع شيء من المرق، ويخلط به ملعقة قهوة من الطحين، ثم يصب في المرقة، ويحرك بسرعة. يضاف إليه قشر الليمون المقصص قطعا . والزيتون المرقد.

يترك يتقلّى حتى الحصول على مرقة خاثرة ثم يرفع عن النار.

تصفف قطع اللحم في صحن مستدير، وتزين بالزيتون وقشر الليمون المرقد، ثم تحرك الطاوة التي لم يبق فيها سوى المرقة في حركات دائرية سريعة، يصب هذا المرق المعسل على اللحم . يقدم فورا.

طاجين اللحم « محمّر »

المقادير لـ 6 أشخاص

- 1 كلغ و 1/2 من ضلوع الخروف
- ملء ملعقة حساء من الفلفل الأحمر الحلو
- ملء ملعقة قهوة من الكمون
- فص ثوم مهروس
- 100 غرام من الزبدة لطهي اللحم
- 100 غرام من الزبدة الممزوجة بزيت كاوكاو (1/2 مغرفة) للقلْي
- ملء ملعقة قهوة من الطحين
- ملـح.

يقطع اللحم قطعا من وزن 150 غرام تقريبا، يشلل، ويوضع في طاوة، يملح ويضاف إليه الفلفل الأحمر الحلو، والكمون، والثوم المهروس، والزبدة، يغطى بالماء، ينضج مغطى ويحرك بين الحين والحين، يزاد فيه الماء في أثناء الطبخ إن دعت الضرورة لذلك.

عندما ينضج اللحم ويبقى متماسكا بعض الشيء ليمكن قليه، تعقد المرقة بملعقة قهوة من الطحين المطلوق في قليل من الماء، يترك يتقلّى حتى الحصول علىمرقة خاثرة، ثم ترفع الطاوة عن النار.

وقبل تقديم الطعام بعشرين دقيقة، تحمَّر قطع اللحم من جميع جهاتها في مقلاة وضع فيها خليط الزيت والزبدة حاميا جدا. وحينما يتحمَّر اللحم جيدا، يرتب في صحن ساخن ، ويصب في المرقة المسخنة، ملء ملعقة حساء من زيت التحمير. يخلط المرق شديداً بأن تحرك الطاوة حركات دائرية سريعة، ثم يصب هذا المرق المعسل فوق اللحم. يقدم على الفور.

طاجين اللحم « مشرمل »

المقادير لـ 6 أشخاص

1 كلغ و 2/1 من اللحم
(كتف وضلوع الخروف أو ساق العجل)
ملعقة قهوة مملوءة حتى الشفة بالزنجبيل
قبصة من الزعفران
4 بصلات متوسطة مبشورة
ثلاث أرباع مغرفة من زيت كاوكاو
ملعقة قهوة من الفلفل الأحمر الحلو
ملعقة قهوة مملوءة حتى الشفة من الكمون
حفنة من البقدونس والكسبرة مفرومين ومخلوطين
2/1 كأس شاي من عصير الليمون الحامض
عشر زيتونات مرقدة.
ليمونة مرقدة
ملح.

يقطع اللحم قطعا وزن القطعة 150 غرام تقريبا، يشلل، يوضع في الطاوة، يملح، ويضاف إليه الزنجبيل، والزعفران، والبصل المبشور ، والزيت. يغطى بالماء، وينضج مغطى مع تحريكه من حين إلى حين. يزاد فيه الماء خلال الطبخ إن دعت الحاجة.

وفي نهاية الطهي ، يزاد في الطاوة الكسبرة والبقدونس المفروم، والفلفل الأحمر الحلو والكمون. يترك يتقلّى حتى الحصول على مرقة خاثرة. وحينما ينضج اللحم وينفصل بالأصابع في سهولة، يزاد عليه عصير الليمون، وقشر الليمون المرقد المقصص قطعا، والزيتون المرقد.

يترك ليغلي بضع غليات.

يتذوق الملح والتوابل، ثم ترفع الطاوة عن النار.

تصفف قطع اللحم في صحن مستدير، وتزين بالزيتون والليمون المرقد، وتصبّ المرقة من فوق.

يقدم هذا الطاجين ساخنا جدا.

طاجين اللحم « تفاية » (بالبيض واللوز)

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم (كتف وضلوع الخروف أو ساق العجل)
200 غرام من اللوز
6 بيضات مسلوقة
ملء ملعقة قهوة من الإبزار
ملء ملعقة مخا من الزعفران
(خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
بصلتان مبشورتان
باقة مربوطة من الكسبرة
ملعقة حساء مملوءة جيدا من الكسبرة المفرومة
150 غرام من الزبدة
ملح.

التفاية طاجين تقليدي يعمل للأعراس وحفلات الختان وسائر المناسبات الكبرى.

يقطع اللحم قطعا وزن القطعة 150 غرام تقريباً، يشلل، يوضع في طاوة، يملح، ويضاف إليه الإبزار، والزعفران، والزبدة، والبصل المبشور، واللوز، المقشور، وباقة صغيرة مربوطة من الكسبرة التي تخرج بعد أن ينضج اللحم.

يطهى مغطى ويحرك من حين لآخر ، ويزاد فيه الماء عند الاقتضاء في أثناء الطبخ.

وفي نهاية الطهي، تزاد الكسبرة المفرومة في الطبيخ، ويترك يتقلّى حتى الحصول على مرقة خاثرة . ولا يرفع عن النار إلا حينما يلاحظ أن اللحم ينقلع بالأصابع في سهولة.

يسخن الطبيخ عند تقديم الطعام، ثم تصفف قطع اللحم في صحن مستدير، وتزين باللوز والبيض المسلوق المشطور بالطول نصفين، وتصب المرقة من فوقه.

ملحوظة : يمكن كذلك أن لا يطبخ اللوز مع اللحم، بل يقلى مقشورا في الزيت في وقت الطعام.





الطواجيـــن الحُلْـــوة

طاجين « المروزِيَّة »

المروزِيّة طاجين تقليدي يعمل في عيد الأضحى. بعد أن يفصّل الكبش. تختار بعض القطع مثل: الخاصِرة. الرقبة. والكتف. لتعمل بها هذه الأكلة .

المروزية أكلة معسلة. غنية بالتوابل والأبازير. حلوة وحريفة معا. ويمكن أن يحتفظ بها أياما عديدة من غير حاجة إلى ثلاجة.

المقادير لـ 6 إلى 8 أشخاص

1 كلغ و 1/2 من اللحم

300 غرام من الزبيب من دون بِزْر

200 غرام من اللوز

بصلتان متوسطتان مبشورتان

ملء ملعقة حساء من رأس الحانوت (انظر التوابل في الصفحة 8)

ملء ملعقة قهوة من الإبزار

ملء ملعقة قهوة من الزنجبيل

1/2 ملعقة قهوة من الزعفران

(خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)

ملء ملعقة قهوة من مسحوق القرفة

200 غرام من الزبدة

مغرفة عسل.

يقطع اللحم قطعا وزن القطعة 150 غرام تقريبا. يشلل ويقطر. يخلط رأس الحانوت بالزنجبيل والزعفران والإبزار. وقليل من الماء. يؤخذ نصف هذا الخليط وتدهن به قطع اللحم. وتوضع هذه القطع أولا بأول في الطاوة ، تملح ويضاف إليها الزبدة. واللوز المقشور والبصل المبشور.

تغطى بالماء وتنضج مغطاة مع تحريكها من حين لآخر. يزاد الماء في أثناء الطبخ إن اقتضت الحاجة ذلك.

ومن جهة أخرى . ينقّى الزبيب ويشلل. ويترك لينقع في النصف الباقي من خليط التوابل.

حينما يوشك اللحم أن ينضج، يزاد عليه العسل، والزبيب، والقرفة ، ترفع الطاوة عن النار، عندما ينفصل اللحم بالأصابع في سهولة وتصير المرقة جد خاثرة.
يرتب في صحن مستدير بأن تصفف قطع اللحم أولا، ثم يجعل عليها اللوز والزبيب ، ويصب من فوقها ومن حواليها ذلكم المرق المعسل.

طاجين اللحم بالبصل (قَمامة)

نفس طريقة إعداد الدجاج « قَمامة » (انظر الصفحة 83). يعمل هذا الطاجين من 1 كلغ و 1/2 من اللحم يؤخذ من فخذ الخروف وكتفه.
لا يرمى بدوائر البصل في الطاوة إلا عندما يبلغ نضج اللحم مُنْتَصَفَه (أي بعد ساعة من الطهي تقريبا)

طاجين اللحم بالبرقوق

نفس طريقة الإعداد ، ونفس المقادير المستعملة في طاجين الدجاج « بالبرقوق » (انظر الصفحة 80). يستبدل الدجاج بـ 1 كلغ و 1/2 من لحم الخروف ، ويختار منه بخاصة الظهر والكتف ، يقطع اللحم قطعا وزن القطعة 150 غرام تقريبا.

طاجين اللحم بالتمر

المقادير لإعداد 1 كلغ و 1/2 من لحم الخروف (الكتف والضلوع) ، يقطع اللحم قطعا وزن القطعة 150 غرام.

750 غرام من تمر تافيلالْت الغضّ الطري.
ملء ملعقة حساء من الجُلجُلان المُحمّص
200 غرام من اللوز
ملء ملعقة قهوة من الإزار
ملء ملعقة موخا من الزعفران
(خليط من الزعفران الحر المدقوق والزعفران العادي)
عود قرفة
بصلتان من الحجم المتوسط مبشورتان
200 غرام من الزبدة
ملء ملعقة قهوة من القرفة
ملء ملعقتي حساء من العسل الجامد

تشلل قطع اللحم وتوضع في طاوة ، تملح، ويضاف إليها الإبزار والزعفران، والبصل المبشور، وعود القرفة. تغطى بالماء، تطبخ على نار معتدلة الحرارة، مع تحريكها من حين لآخر، وزيادة الماء فيها خلال الطبخ عند الاقتضاء.
وفي نهاية الطهي، أي حينما يبدو اللحم لينا عند اللمس، يزاد عليه العسل والقرفة. يقلّى الطبيخ مع تقليب قطع اللحم لكي تتشرب جيدا المرقة المعسلة، وعندئذ يخرج اللحم من الطاوة. يرمى التمر المشلل جيدا في الطاوة، ويزاد فيها قليل من الماء إذا كانت المرقة خاثرة جدا.
يترك يتقلّى عشر دقائق تقريباً، وترد قطع اللحم في الطاوة، ويراعى أن لا يَنْدَقَّ التمر، وإذ ذاك ينبغي أن تكون المرقة خاثرة، يتذوق الملح والتوابل ثم ترفع الطاوة عن النار.
ينصح أن لا يرمى التمر في الطاوة إلا في آخر فترة من الطبخ لكي يبقى صحيحا متماسكا ولا ينحلّ.
ومن جهة أخرى، يقشر اللوز، ويقلى في الزيت قبل تقديم الطعام بربع ساعة، يسخن طاجين التمر على نار خفيفة، ثم تصفف قطع اللحم في صحن مستدير وتغطى بالتمر وينشر من فوقها اللوز والجلجلان المحمص ، تصب المرقة على الكل.

السـلاطـات

هناك صنفان من السلاطات : السلاطات النيئة، والسلاطات المطبوخة. وعلى العموم، فإن المقادير درست باعتبار السعة لصحن عادي.

السلاطات النيئة

سلاطة الفلفل الأخضر

رطل من الفلفل الأخضر	ملعقتا حساء من زيت الزيتون
ملعقة قهوة مملوءة حتى الشفة بالكمون	ملعقة حساء واحدة من زيت كاوكاو
قبصة من الفلفل الحريف المدقوق	باقة صغيرة من البقدونس المفروم
3 ملاعق حساء من عصير الليمون الحامض	ملح.

يشوى الفلفل، وينقى من قشره، يقطع فرمات صغيرة، يملح ويضاف إليه الكمون، وعصير الليمون، الحامض والزيت والبقدونس المفروم والفلفل الحريف المدقوق، يخلط ويقدم طريا.

سلاطة الفلفل الأخضر بالطماطم

3 فلفلات خضراء	3 ملاعق حساء من زيت كاوكاو
2 من الطماطم	باقة صغيرة من البقدونس المفروم
3 ملاعق حساء من عصير الليمون الحامض	ملح.
ملعقة قهوة مملوءة حتى الشفة بالكمون.	

يشوى الفلفل ثم يقشر، يشلل الطماطم، ويقشر، ثم يشطر نصفين، وتنزع منه الزريعة، يقصص الطماطم والفلفل الأخضر فرمات صغيرة، يضاف إليه الملح، والليمون الحامض، والكمون والبقدونس المفروم ، والزيت، يخلط جيدا ويقدم طريا.

سلاطة الزيتون (مس لاَللّة) (انظر الإعداد في الصفحة 11)

ملء زلافة حساء من الزيتون المغسول المنزوع النوى	1/2 ملعقة قهوة من الكمون
عصير ليمونتين حامضتين	فص ثوم مهروس (اختياري)
ملعقة قهوة من الفلفل الأحمر الحلو	ملعقتا حساء من زيت كاوكاو
قبصة من الفلفل الحريف المدقوق	حفنة بقدونس مفروم فرما دقيقا
	ملح

يعصر الزيتون لكي يستخرج منه الماء، ثم يخلط الكل، ويترك مدة ساعة على الأقل من أجل أن يتشبع الزيتون بالتوابل قبل تقديمه.

سلاطة البسباس (الشمار)

تقطع رؤوس البسباس بالطول دوائر رقيقة جدا، ثم تغسل وتقطر، تصفف على شكل دائرة في صحن. تعمل خَلِّيّة (خليط من الملح والإبزار والليمون الحامض وزيت كاوكاو وشيء قليل من دقة الخردل) يتبل بها البسباس.

سلاطة الجزر المبشور بالبرتقال

1 رطل من الجزر
برتقالتان
قبصة ملح
ملء ملعقة حساء من ماء الزهر
ملعقة حساء مملوءة جيدا بسنيدة
عصير ليمونة حامضة

يقشر الجزر ويقطع طولا، ثم يستخرج قلبه. يغسل الجزر ويقطر؛
يخلط الملح بماء الزهر والسكر، وعصير الليمون الحامض. يبشر الجزر في هذا المزيج، ثم يخلط الكل جيدا، ويضاف إليه البرتقال المقطع شرائح. يقدم طريا جدا.

سلاطة الفقوس

الفقُوس ، نوع من الخيار المستطيل، الرقيق، غالبا ما يكون ملتويا، وأكثر صلابة من الخيار العادي.
يغسل رطل من الفقوس. يتذوق ذيل كل فقوسة، ويرمى بالأجزاء المرة. يبشر الفقوس بمحكة دقيقة، ويزاد فيه قبصة ملح، وملء ملعقة قهوة من السعتر المدقوق وملء ملعقتي حساء من الخل، وملء ملعقتي حساء من سكر سنيدة. يخلط الكل ويقدم طريا.

سلاطة الخس الرومي بالبرتقال.

2 من رؤوس الخس	ملعقة حساء من ماء الزهر
برتقالتان	ملعقة قهوة من زيت كاوكاو
عصير برتقالة ثالثة	قبصة من الملح
ملعقتا حساء من عصير الليمون الحامض	
ملعقة حساء مملوءة جيدا بسكر سنيدة	

ينقى الخس بحيث لا يستعمل منه سوى القلوب والأوراق الغضة الطرية، تغسل بماء كثير ثم تقطر . توضع الأوراق الواحدة فوق الأخرى، وتقصص قِطَعاً مستطيلة دقيقة جدا عرضها 3 ملم. يزاد الملح ، والسكر، وماء الزهر، وعصير الليمون الحامض، وعصير البرتقال، والزيت. يخلط الكل ويضاف إليه شرائح البرتقال، يقدم طريا جدا.

سلاطة الليمون الحامض

تقشر ليمونتان ناضجتان جدا بحيث لا ينزع عنهما إلا القشيرة العليا الصفراء ، توضع الليمونتان صحيحتين في قليل من الماء المملح ويحتفظ بهما.
تفرم باقة صغيرة من البقدونس ، ويزاد عليه ملعقة قهوة من الفلفل الأحمر الحلو، وقبصة من الفلفل الحريف المدقوق، ونصف ملعقة قهوة من الكمون و 5 أو 6 زيتونات حمراء مشقوقة، و 8 زيتونات سوداء، الكل منزوع النوى، و 3 ملاعق حساء من زيت كاوكاو، والملح اللازم.
عندئذ، تؤخذ الليمونتان المقشورتان مسبقا وتعصران، ويحتفظ بعصيرهما، ثم تقصصان قطعا صغيرة من حجم الزيتون، ويخلط الكل، ويزاد فيه مقدار نصف العصير المحتفظ به. يقدم في الحال.

سلاطة الفجل البلدي المبشور بالبرتقال

3 فجلات طويلة من الحجم المتوسط
ملعقتا حساء من عصير الليمون الحامض
ملعقة حساء من سكر سنيدة
برتقالة واحدة
ملعقة حساء من الزهر
قبصة من الملح

يغسل الفجل ويوضع في إناء مملوء بالماء مدة ساعة تقريبا
يراعى تغيير ماء الإناء من حين لآخر
ومن جهة أخرى، يخلط الملح وماء الزهر وعصير الليمون الحامض. وعند تقديم الطعام، يقطر الفجل، ويبشر بمِحَكَّة دقيقة العيون، ويخلط بمزيج ماء الزهر وعصير الليمون، يضاف إليه برتقالة مقطعة شرائح.

السّلاطات المطبوخة

سَلاطة الجزّر المطبوخ

1 رطل جزر	ملعقتا حساء من الخل
فص ثوم	حفنة بقدونس مفروم
ملعقة قهوة من الفلفل الأحمر الحلو	ملعقة حساء من زيت كاوكاو
ملعقة قهوة مملوءة حتى الشفة من الكمون	ملـــح.

يقشر الجزر، ثم يقصص دوائر أو بالطول مع استخراج القلب. يغسل ثم يطبخ مع فص ثوم في الماء المملح، وعندما ينضج الجزر، يتبل بالأفاويه الموصوفة سالفا، ثم يضاف إليه البقدونس، ويخلط في حذق ولطف لكي لا ينكسر الجزر. يترك ليبرد.

سلاطة الباذِنْجان

لرطل من الباذنجان، الإعداد وكذلك المقادير هي نفسها المستعملة في الجزر المطبوخ ولكن من غير بقدونس. ومن جهة أخرى، يختار الباذنجان من النوع الصغير، ويقطع طولا، وحتى العراجين، على أربع من دون أن يقشر. يترك يبرد قبل تقديمه.

سلاطة الطماطم والفلفل الأخضر المطبوخة.

زمن الإعداد : نصف ساعة
زمن الطهي : ساعة ونصف

3 كلغ من الطماطم	ليمونة مرقدة مقطعة على أربع
رطل فلفل أخضر	(يستعمل قشرها فقط)
2 أو 3 فليفلات حريفة	ثلاثة أرباع مغرفة
حفنة بقدونس مفروم	من زيت كاوكاو
ملعقة حساء من الفلفل الأحمر الحلو	فص ثوم مهروس
	ملــــــح.

تقطع الطماطم بعد أن تقشر وتنزع منهما الزريعة (لا تطحن في طاحونة الخضر أبدا) تطبخ مع الملح، والفلفل الأحمر الحلو، والثوم، والزيت ولا يضاف إليها ماء. يترك يغلي ثم ينقص من النار قليلاً. يحرك مرارا عديدة إلى أن يتبخر الماء جميعه تماماً، وعندئذ يحصل على مُصاص طماطم نتركه يتقلّى في زيته مع الاستمرار في التحريك. ومن جهة أخرى، وأثناء طهي الطماطم يشوى الفلفل الأخضر، وينقى، ويقص فرمات. يقص بنفس الشكل أيضا الليمون المرقد. وحينما تعود زيت الطبخ إلى ٱلطَّفْو على سطح الطبيخ يزاد فيه الفلفل الأخضر، والبقدونس المفروم، والليمون المرقد. يواصل طبخه على النار مدة ربع ساعة آخر، مع تحريكه، ثم يرفع عن النار. تؤكل هذه السلاطة بعد أن تبرد. وقد يمكن الاحتفاظ بها مدة أيام عدة في محلّ بارد.

سلاطة الطماطم والفلفل الأخضر المقلي

تؤخذ 4 غلفلات و 4 طماطم ، تغسل وتمسح ، وتقلى بالزيت الغليان في مقلاة. الفلفلات الخضر أولا، تليها الطماطم

المشطورة نصفين المقلوعة الزريعة، وبعد القلي، تقشر الخضر في عناية. تقطع الفلفلات بالطول على نصفين. ثم يرتب الكل في صحن بأن تتخلل قطع الطماطم شُطور الفلفل، ومن جهة أخرى ، تعمل مرقة من :

4 ملاعق حساء من زيت القلي	ملعقة قهوة مملؤة جيدا من الكمون
3 ملاعق حساء من عصير الليمون الحامض	ملــــــح.

يملح ويخلط جيدا ثم يصب فوق الصحن المرتب. يذر عليه البقدونس المفروم، ويترك يبرد.

سلاطة الشمندر

1 رطل من الشمندر
1/2 ملعقة قهوة من الفلفل الأحمر الحلو
قبصة قرفة، وقبصة كمون
ملعقة حساء مملوءة جيدا من سكر سنيدة
ملعقتا حساء من ماء الزهر
كأس ماء مملوءة حتى الشفة من ماء الطبخ
ملح
عصير نصف ليمونة حامضة.

يقشر الشمندر، ويشلل، ويطبخ مغطى بالماء. حينما ينضج الشمندر (ساعتان على التقريب)، يرفع عن النار ويحتفظ بماء الطبخ ، ثم يقصص الشمندر دوائر رقيقة نحو ما. توضع الدوائر في سُلْطانية وتملح قليلا. ثم يصب من فوقها ملء كأس كبيرة من ماء الطبخ، وتضاف إليها المواد الموصوفة أعلاه. يخلط جيدا ويترك يبرد.

سلاطة البَقُّولَة (الخُبَيْزَة)

البَقُّولة أو الخُبَيْزة، بقلة ربيعية، معروفة، أوراقها خضراء مستديرة عريضة، ولها بعض الشبه بالاسْباناخ. وفي غير فصل الربيع يمكن استبدالها بالبقدونس ليس غير، مع اتباع نفس المقادير. فالطعم سيبقى لذيذا على كل حال.

4 زلايف حساء مملوءة حتى الشفة من البقولة المفرومة
2 زلايف حساء مملوءة حتى الشفة من البقدونس المفروم
زلافة حساء واحدة مملوءة حتى الشفة من الكسبرة المفرومة
زلافة حساء واحدة مملوءة حتى الشفة من الكرفس المفروم
3 فصوص ثوم
ملء ملعقة حساء من الفلفل الأحمر الحلو
قبصة من الفلفل الحريف المدقوق
ملء 3 ملاعق حساء من زيت كاوكاو
ملء ملعقة قهوة من زيت الزيتون (اختياري)
1/2 ليمونة مرقدة (تستعمل منها القشرة فقط)
حفنة زيتون مرقد
1/2 كأس شاي من عصير الليمون الحامض
ملــــــح.

تنقى البقولة والبقدونس والكسبرة من الأعشاب غير الصالحة، ثم يعمل من كل منها باقات صغيرة. تفرم الباقات شيئاً فشيئاً، مع العناية كذلك بتقصيص بعض أجزاء الذيول. توضع هذه البقول المفرومة في الكسكاس، ثم تغسل بماء غزير وتترك لتقطر. بعد ذلك تطبخ البقُّولة في طاوة صغيرة مع فصوص الثوم الصحيحة من دون أن يضاف إليها ماء . تعتبر البقولة

ناضجة عندما تَتَهَشّم فرماتها في سهولة. عندئذ تخرج فصوص الثوم. تملح البقولة ويضاف إليها الفلفل الأحمر الحلو، والفلفل الحريف، والزيت، وتحرك مرارا إلى أن يتبخر ماؤها تماما. ثم يزاد فيها عصير الليمون الحامض، والزيتون المرقد، وقشر الليمون المرقد المقطع إلى أربع. يترك الطبيخ فوق النار مع تحريكه في استمرار. يتذوق الملح، وترفع الطاوة عن النار. ترتب البقولة في صحن ، وتزين بالزيتون وقطع الليمون المرقد. تؤكل البقولة باردة.

سلاطة البطاطا الحلوة بالسكر

رطل بطاطا حلوة	مقدار جوزة من الزبدة
قبصة ملح	3 ملاعق حساء من زيت كاوكاو
1/2 ملعقة قهوة من الإبزار	1/2 ملعقة قهوة من القرفة
قبصة جيدة من الزعفران	ملعقة حساء مملوءة جيدا بسنيدة

تقشر البطاطا وتقطع قطعا، تغسل القطع وتنضج مغطاة ، ويزاد فيها كأس ماء مع جميع المواد الموصوفة أعلاه. حينما تنضج البطاطا، يقلّى الطبيخ ، عند الاقتضاء ، حتى الحصول على مرقة معسلة. يقدم حاميا أو باردأ.

سلاطة البطاطا الحلوة من دون سكر

رطل بطاطا حلوة	ملء ملعقة حساء من البقدونس
بصلة مفرومة	والكسبرة مفرومين ومخلوطين
قبصة جيدة من الزعفران	ملعقة قهوة من الفلفل الأحمر الحلو
1/2 ملعقة قهوة من الزنجبيل	4 ملاعق حساء من عصير الليمون الحامض
5 ملاعق حساء من الزيت	ليمونة مرقدة (تستعمل القشرة فقط)
قبصة جيدة من الكمون	6 أو 7 زيتونات مرقدة ـ ملح

يطبخ البصل في الزيت أولا مع الملح، والزعفران، والزنجبيل، ويزاد فيه كأس ماء. ثم تضاف إليه البطاطا الحلوة مقطعة قطعا، يغطى حتى نصفه بالماء. يراقب طهي البطاطا ، فهي تنضج سريعا. يزاد الكمون، والفلفل الأحمر الحلو والبقدونس والكسبرة المفرومة، وعصير الليمون الحامض، وأخيرا الزيتون وقطع قشر الليمون المرقد. حينما ينقص نصف المرقة وتصير خاثرة، ترفع القدر عن النار وتترك تبرد.

ملحوظة : يلزم أن لا تخثّر المرقة على النار طويلا، لأنها ستصير، في هذه الحال جد ثقيلة إذا بردت.

سلاطة الفول الأخضر الطري

2 كلغ من الفول الأخضر	3 ملاعق حساء من عصير الليمون الحامض
2 ملاعق قهوة من الفلفل الأحمر الحلو	نصف ليمونة مرقدة
فص ثوم مفروم	(تستعمل القشرة فقط)
5 ملاعق حساء من زيت كاوكاو	6 أو 7 زيتونات مرقدة
حفنة كسبرة مفرومة.	ملـــــح.

لا يقشر الفول وإنما يقلع ظفره. يوضع الفول في طاوة مع الملح والثوم، والفلفل الأحمر الحلو، والزيت. يغطى بالماء لكي لا يَسْوَدّ الفول. تنصب الطاوة على النار.

عندما يوشك الفول النضج، يزاد عليه الكسبرة المفرومة، وبعد نضجه . يضاف إليه عصير الليمون الحامض، والزيتون وقشر الليمون المرقد المقطع قطعاً، يترك يتقلّى حتى الحصول على مرقة خاثرة. تعقد المرقة، إن دعت الحاجة . بملعقة قهوة من الطحين المطلوق في الماء، يترك يتقلّى من جديد، بضع دقائق . يتذوق ملحه ثم يرفع عن النار. يرتب في صحن ويزين بالليمون المرقد والزيتون . يترك يبرد.

سلاطة الجُلبان

نفس طريقة إعداد الفول الأخضر الطري (انظر الصفحة 141). لإعداد 1 كلغ من الجلبان تؤخذ مقادير التوابل نفسها التي استعملت في السلاطة السابقة.

سلاطة القَرْعة

1 كلغ من القرعة	4 ملاعق حساء من زيت كاوكاو
ملء ملعقة قهوة من الفلفل الأحمر الحلو	1/2 ملعقة قهوة من الكمون
فص ثوم مسحوق	2 ملاعق حساء من عصير الليمون الحامض
	ملــــــح.

تقسم القرعة بالطول إلى أربع من دون أن تقشر. ينقى داخلها وتقص مربعات ضلعها 2 سنتم. تغسل وتوضع في طنجرة. تملح ويزاد فيها الثوم، والفلفل الأحمر الحلو والزيت. يغطى بالماء. يترك يطبخ. وحينما ينضج القرع. يزاد فيه الكمون وعصير الليمون الحامض. يترك يتقلى حتى الحصول على مرقة خاثرة . ثم ترفع الطنجرة عن النار. يقدم باردا.

ملحوظة : ينبغي مراقبة طهي القرع. فهو ينضج سريعا. كما يلزم أن لا يوضع في الطنجرة ماء كثير أول الطبخ.

سلاطة القَرْعة السّلاوِيّة

السلاوية. نوع من القرع مستطيل يشبه الكوز. لا عروق له.

1 كلغ من القرع الرخص	4 ملاعق حساء من زيت كاوكاو
ملعقة قهوة من الفلفل الأحمر الحلو	قبصة من الكمون
فص ثوم	2 ملاعق حساء من الخل ـ ملح

يكشط قشر القرع في عناية. ويشطر بالطول نصفين. ويفرغ. ثم يقصص فرمات صغيرة على غرار سلاطة الخضر القَدُّونِيّة. تغسل الفرمات وترمى في القدر لتطبخ مع الملح والزيت. والفلفل الأحمر الحلو. والثوم . وكأس ماء.

يترك يغلى. وينقص من النار. يراقب الطبخ . ويزاد فيه قليل من الماء عند الحاجة. وحينما ينضج القرع. يزاد فيه الكمون والخل. ويترك يتقلى إلى أن يتبخر منه كل ماء تماما. عندئذ ترفع القدر عن النار. وتترك لتبرد.

سلاطة الزّعْلُوك

2 من الباذنجان	ملء ثلاثة أرباع مغرفة
3 أو 4 قرعات من الحجم المتوسط	من زيت كاوكاو
4 فلفلات خضراء	ملعقة حساء مملوءة حتى الشفة
4 طماطم	من الفلفل الأحمر الحلو
2 من الفلفل الحريف	ملح.

يقصص الباذنجان والقرع قطعا صغيرة من غير أن يقشر. تغسل القطع وتوضع في طنجرة لتطبخ مع الملح. والزيت والفلفل الأحمر الحلو. والثوم المفروم.

يغطى الكل بالماء . عندئذ. تقشر الطماطم وتنزع منها الزريعة. وتقطع قطعا وترمى في الطنجرة. تترك لتطبخ على نار معتدلة الحرارة مع التحريك من حين لآخر . عندما يوشك الطبيخ أن ينضج. يضاف إليه الفلفل المشوي. المغسول والمقصص فرمات.

يترك يتقلى مع التحريك في استمرار حتى يتبخر الماء تماما. يؤكل حاميا أو باردا ويمكن الاحتفاظ به يومين أو 3 أيام.





ما قبل العُقْبَة (التّحْلِيَة)

الرز مبخّر

المقادير لـ 8 إلى 10 أشخاص
1 كلغ من الرز الصقيل
100 غرام من الزبدة

زمن الإعداد : ساعة واحدة تقريبا
ملء ملعقة حساء من الزيت
ملح.

يدهن الرز بمقدار ملعقة زيت، ثم يوضع في الكسكاس الذي ينصب فوق القدر المحتوية على الماء الغليان، ثم يقفل القدر بالقفّال. وبعد تصاعد البخار من الرز، ينتظر 10 دقائق ويرفع الكسكاس عن القدر. يشلّل الرز بالماء البارد، ويبسط في القصعة، ويترك يرتاح بصع دقائق، ثم يعاد إلى الكسكاس، ويبخر بنفس الطريقة السابقة خمس دقائق. ثم يرفع الكسكاس عن القدر، ويشلل الرز من جديد بالماء البارد، ثم يبسط مرة أخرى في القصعة ويترك يرتاح بضع دقائق. وبنفس الطريقة يعاد تبخير الرز للمرة الثالثة. بعد ذلك يرفع الكسكاس عن القدر ويصب في القصعة . ويزاد فيه ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالملح، ويدهن الرز بمقدار 25 غراما من الزبدة . يعاد تبخير الرز للمرة الرابعة مدة 5 دقائق، ثم يدهن بمقدار 25 غراما من الزبدة ، ويبخر من جديد للمرة الخامسة والأخيرة. يقلب الكسكاس في القصعة عندما تنتفخ حبات الرز وتنضج جيدا، يدهن الرز عندئذ بالزبدة الباقية، أي 50 غراما. يرتب الرز على شكل مخروط في صحن مستدير، ويزين بالقرفة . ويقدم مصحوبا بمسحوق السكر، والحليب الطري غير المغلّى المقدم على حدة في الزلايف.

الرز بالحليب

زمن الطهي : ساعة واحدة تقريبا لـ 10 أشخاص

500 غرام من الرز الصقيل
1 ليتر و 1/2 من الماء
3 ليتر و 1/2 من الحليب
ملعقتا قهوة من الملح

350 إلى 400 غرام من مسحوق السكر
بحسب الذوق
مقدار جوزة من الزبدة
1/2 كأس شاي من ماء الزهر

يغسل الرز بماء غزير، يقطر ويصب في 1 ليتر ونصف من الماء البارد، وتنصب الطنجرة على النار، وتترك تغلي مع التحريك من حين لآخر إلى أن يتشرب الرز الماء كله، ثم يزاد فيه الملح والسكر، والزبدة والحليب، ويترك يغلى. وبعد بضع غليات ، يزاد فيه ماء الزهر، مع الانتباه إلى التحريك في استمرار لكي لا يلتزق الرز بأسفل الطنجرة. حينما ترفع

الطنجرة عن النار. ينبغي أن يكون الحليب في خثورة القشدة الطرية . ناعما وسائلا في نفس الوقت. كما يلزم أن يكون الرز منتفخا جدا. يترك يبرد مع تحريكه من حين إلى حين لكي لا تعلو القشرة سطحه. فإذا ما برد الرز وقسُح جدا. زيد فيه نصف ليتر من الحليب المغلّى البارد.

حذار : لا تتركن الرز ينشف أثناء الطهي.

بل يلزم. على العكس من ذلك أن يرفع الرز عن النار وهو لا يزال مائعا لينا.

الشعرية بالحليب

المقادير لـ 8 إلى 10 أشخاص. زمن الطهي : نصف ساعة

1 ليتر من الماء
ليتران من الحليب
مقدار جوزة من الزبدة
ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالملح
8 ملاعق حساء من سكر سنيدة
ملعقتا حساء من ماء الزهر
400 غرام من الشعرية

يغلى الماء والحليب في قدر. ويزاد فيه الزبدة والملح والسكر. وعندما تغلي القدر، ترمى فيها الشعرية حفنة حفنة. يحرك الطبيخ في تؤدة. ويترك يطبخ مدة 10 دقائق. يزاد فيه ماء الزهر. ثم ترفع القدر عن النار.

السميدة بالحليب

المقادير لـ 8 إلى 10 أشخاص. زمن الطهي : 30 إلى 45 دقيقة.

لتران من الماء الحامي
زلافة حساء مملوءة حتى الشفة بالسميدة الغليظة
ليتران من الحليب
ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالملح
مقدار جوزة من الزبدة
8 ملاعق حساء من سكر سنيدة
1/2 كأس شاي من ماء الزهر

ترمى السميدة في الماء الساخن غير الغليان. تملح وتخلط . تطهى على نار خفيفة مع تحريكها مرارا مدة 30 دقيقة. وعندئذ يزاد فيها الحليب. والسكر. وماء الزهر والزبدة. يترك الطبيخ يغلى مدة 15 إلى 20 دقيقة. ثم يرفع عن النار.

العصيدة (سميد مطبوخ بماء)

500 غرام من السميدة الغليظة
30 غراما من الزبدة لطهي السميدة
50 إلى 100 غرام من الزبدة لما بعد الطهي بحسب الذوق.
3 ليترات من الماء
ملح.
العسل بقدر الرغبة.

ترمى السميدة في الماء الحامي غير الغليان. يحرك الطبيخ ويترك يغلي على نار معتدلة. تزاد فيه الزبدة ويملح قليلا. يترك ليطبخ مدة نصف ساعة بعد الغليان مع تحريكه.
عندما تنضج العصيدة ، يلزم أن تكون خاثرة نحو ما. عندئذ تصب وهي حامية في صحن عميق. ثم يوضع فوقها بضع جوزات من الزبدة، وبضع ملاعق من العسل. تقدم العصيدة فورا. يقدم على حدة إناء من العسل ليأخذ منه الاكلون كلٌّ بِحَسَب مُشْتهاه.
العصيدة أكلة تقدم فَطورا، في العادة، صبيحة عيد المولد النبوي الشريف.

هَرّبَلٌّ (قمح مطبوخ بالحليب)

المقادير لـ 10 أشخاص
- **500 غرام من القمح الصلب**
- **3 ليترات من الماء**
- **3 ليترات من الحليب**
- **ملعقة حساء من الملح**
- **مغرفة مملوءة جيدا بسكر سنيدة، أو أكثر بحسب الذوق**
- **مقدار جوزة من الزبدة**
- **1/2 كأس كبيرة من ماء الزهر.**

يجرش القمح في المهراس، ويحك حكا شديدا وينقى من كل نخالة. يوجد هذا القمح المجروش جاهزا في السوق في المساء، ينقى القمح ويغسل بماء غزير ويقطر. يوضع في قدر. يغطى بثلاث ليترات من الماء ويترك يغلي ويطهى مغطى على جمر متقد، أو في فرن على نار هادئة جدا. يترك ليطبخ طوال الليل (8 إلى 9 ساعات تقريبا) من دون تحريك أبدا. وفي الغد يغلّى الحليب ثم يخلط القمح المطبوخ بالمرغاة. ويصب عليه شيئا فشيئا الحليب الغليان مع التحريك. يزاد فيه الملح والسكر والزبدة وماء الزهر. تنصب القدر على نار معتدلة ولا توضع في الفرن يترك ليرتعش بضع دقائق، ثم يرفع عن النار. يؤكل حاميا أو باردا بحسب الذوق.

الكسكس سَفَّـة

المقادير لـ 8 إلى 10 أشخاص
- **1 كلغ من السميدة الغليظة**
- **150 غرام من الزبدة**
- **ملح**
- **قرفة، سكر صقيل، حليب طريّ.**

توضع السميدة في القصعة، وتدهن بمقدار ملعقة حساء من الزيت، ويضاف إليها مقدار ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالملح. وترش هذه السميدة قليلا بمقدار نصف كأس شاي من الماء، مع فتلها في حذق ولطف بباطن اليد.
توضع السميدة في الكسكاس، وينصب الكسكاس على القدر المليئة بالماء الغليان، ويبخر الكسكس مرة أولى مدة نصف ساعة، ثم يرفع الكسكاس عن فم القدر. يوضع الكسكس في القصعة ويخلط بخمسين غراما من الزبدة. يترك ليبرد. ويرش، مع تهويته، بمقدار 3 كؤوس شاي من الماء البارد. يترك يرتاح من أجل أن تتشرب الحبات جيدا الماء كله.
عندئذ يبخر الكسكس مرة ثانية مدة ربع ساعة. يرفع الكسكاس عن القدر، وتعاد نفس العملية التي عملت بعد التبخيرة الأولى، ويضاف إليه من جديد خمسون غراما من الزبدة و 3 كؤوس شاي من الماء البارد.

يبخر هذا الكسكس للمرة الثالثة مدة 20 إلى 25 دقيقة قبل تقديمه، حينما يبدأ البخار في التصاعد من الكسكس. يرفع الكسكاس عن فم القدر ويقلب في القصعة، وتدهن من جَديد حباته التي لا تزال حامية بخمسين غراما من الزبدة.
يُرتب الكسكس على شكل مخروط في صحن ، يزين بالقرفة، ويؤكل مع السكر الصقيل والحليب الطري المقدم، على حدة، في الزلايف. وعلى سبيل الاختيار ، يمكن أن يوضع في داخل السقّة فرشتان رقيقتان من اللوز المقشور، المقلى في الزيت، والمجروش غليظا في المهراس.

الكسكس سَيْكُوك

« السيكوك » كسكس ناشف، يعني أنه لم يسق بمرق، يقدم مصحوبا باللبن، وهو الحليب الممخوض (انظر الإعداد في موضعه صفحة 155) . لإعداد 500 غرام من السميدة الغليظة المفتولة في 500 غرام من طحين القمح الصلب المنخول في غربال الحرير (انظر الإعداد)، يلزم 75 غراما من الزبدة ، و 1 كلغ من الفول الطري.
يوضع الكسكس في الكسكاس على فم القدر المليئة بالماء الغليان، ويبخر تبخيرة أولى مدة نصف ساعة، ثم يرفع الكسكاس عن القدر ويقلب في القصعة.
يفرك الكسكس في خفة لتنفصل حباته، يملح، ويترك يبرد.
ثم يرش بكأسين كبيرتين من الماء البارد بحسب قابلية تشرب السميد، يهوّى ويترك ليرتاح من أجل أن تتشرب الحبات الماء كله . عندئذ يبخر الكسكس كَرَّةً ثانية مدة ربع ساعة.
يرفع الكسكاس عن فم القدر ويقلب في القصعة ويخلط بـ 75 غراما من الزبدة والفول الطري الذي قلع ظفره وسلق على حدة في الماء المملح.
يرتب على شكل مخروط في صحن كبير، ويقدم مع مسحوق السكر واللبن الممخوض.

الشعرية مبخرة

نفس طريقة إعداد « الشعرية المدفونة » (انظر الصفحة 33).
تؤكل الشعرية المبخرة بمسحوق السكر والحليب الطري الذي يقدم على حدة في الزلايف.

الفطائـــر أو الرغايـــف

رغايف وَدِنِين الْقَاضِي (أُذنا القاضي)

المقادير لصنع 40 رغيفة
500 غرام من الفرينة (انظر إعداد عجينة الرغايف في الصفحة 14)

تعمل 40 كرة من حجم المِشْمِشة، وتصفف فوق المائدة أو في القصعة التي زيتت خفيفا.
تؤخذ الكرة الأولى وتزيت زاوية المائدة أو القصعة التي ستوضع عليها كرة العجين، تمدد بتمطيطها وتسطيحها بأطراف الأصابع المزيتة كذلك. تمدد طولا وعرضاً. بحيث يجعل منها ورقة مربعة من سُمك ورقة الكاغد، تطوى هذه الورقة على ثلاثة، ثم يطوى هذا المستطيل على ثلاثة بحيث يكوّن مربعا ضلعه 10 سنتمات تقريبا. يعمل نفس الشيء بكرات العجين الأخرى ، مع البدء دائما بالكرات التي كوّنت أولا بأول، وتدهن بالزيت مرارا المائدةُ وأطرافُ الأصابع.

طريقة الطهي

توضع المقلاة على نار معتدلة الحرارة. يؤخذ المربع الذي صنع أولا ويمدد بتمطيطه بأطراف الأصابع إلى أن تتضاعف مساحته، وتوضع الرغيفة مبسوطة تماما في المقلاة التي زيتت قليلا.
تنضج الرغيفة من وجهيها، وهكذا دَوَالَيْكَ إلى أن تنفد المربعات الصغيرة المورقة.
تنضج هذه الرغايف على العموم في مقلاة من الطين على جمر متقد، ولكن من الممكن كذلك أن تنضج على نار معتدلة الحرارة، في مقلاة الحديد على مطبخة كهربائية أو غازية.
وفي وقت تقديم الطعام، توضع 100 غرام تقريبا من الزبدة في المقلاة حيث تذاب ، ويوضع صحن في متناول اليد. تغمس الرغيفة الأولى بسرعة في هذه الزبدة وترتب في الصحن، ثم توضع من فوقها رغيفة أخرى ناشفة.
تواصل نفس العملية مع وضع الرغايف الواحدة فوق الأخرى (الناشفة فوق المدهونة) إلى أن تنفد الرغايف.
عندئذ ، توضع هذه الكُوْمَة من الرغايف في المقلاة التي لم يبق فيها زبدة حيث تسخن سريعا بتقليبها.
ثم ترتب الرغايف في الصحن ، ويذر عليها مسحوق السكر ومسحوق القرفة، وتقدم في الحال. ومن الممكن أيضا أن تقدم هذه الرغايف ـ من غير أن يذر عليها سكر ولا قرفة ـ مصحوبة بمسحوق السكر والعسل الساخن وذلك بحسب الذوق.

الملاوي

المقادير لصنع 20 من الملاوي على التقريب
500 غرام من الطحين (انظر إعداد عجينة الرغايف في الصفحة 14)

تعمل 20 كرة من حجم مَنْدرِيَنة متوسطة.
تؤخذ الكرة التي كوّنت أولا، تدهن زاوية المائدة وأطراف الأصابع بالزيت . تُمَدّد العجينة بتمديدها وتسطيحها حتى الحصول على مُورق مربع من سُمْك ورقة كاغد. تطوى الجوانب الواحد على الآخر بحيث يكوّن مستطيل طوله 40 سنتم تقريبا، يمدد هذا الشريط المطاط بالطول قليلا ويلف كما تُلَفّ ... مع الاستمرار في تمديده بلطف أثناء متابعة لفه. توضع أسطوانة العجين هذه واقفة وتُسَطّح بخفة.
يعمل نفس الشيء بالكرات الأخرى حتى تنفد مع البدء دائما بالتي كُونت أولا، وتدهن المائدة والأصابع مرارا بالزيت.

طريقة الإنضاج :

تنصب المقلاة على نار معتدلة الحرارة. تسطح الأسطوانة التي كُونت أولا بأطراف الأصابع بحيث يحصل على مستدير من سُمْك كرتون غليظ (2 إلى 3 ملم). يوضع المستدير مبسوطاً تماما، في المقلاة المدهونة دهنا جد خفيف.
ينضج الوجهان معا، ثم تخرج الملوية من المقلاة، وتشق من سُمْكِها بواسطة سكين تُمَرّر في مهل بحيث تفرق الملوية إلى مستديرين مَمْسوكَين من الطرف. تعاد نفس العملية إلى أن ينفد العجين جميعه.
تنضج هذه الرغايف ، في الغالب في مقلاة من الطين على جمر متقد، ولكن من الممكن أيضا أن تنضج على نار معتدلة الحرارة، في مقلاة الحديد، على مطبخة كهربائية أو غازية. وعند تقديم الطعام، تذاب في المقلاة 100 غرام من الزبدة تقريبا تغمس فيها سريعا كل ملوية من وجه واحد، ثم توضع الواحدة فوق الأخرى في صحن.
حينئذ، توضع عُرْمَة الملاوي هذه في المقلاة التي لم تبق فيها زبدة، وتسخن سريعا مع تقليبها . تقدم الملاوي جد حامية، مصحوبة بالعسل و بمسحوق السكر تبعا للذوق.

الملاوي بالخليع (انظر إعداد الخليع في الصفحة 12)

لإعداد 20 من الملاوي، يلزم :
500 غرام من الطحين (انظر طريقة إعداد عجينة الرغايف)
قطعة خليع مقصصة وممزقة إلى خيوط رقيقة.

نفس طريقة إعداد الملاوي العادية، إنما يوضع على مستطيلات المورق على طولها كله، بضع خيوط من الخليع . قبل لف المورق إلى أسطوانات وتسطيحها من أجل أن تعمل منها الملاوي.

الرغايف المقلية بالزيت

500 غرام من الطحين. يعمل منها 40 رغيفة على التقريب

تعمل عجينة الرغايف (انظر طريقة الإعداد في الصفحة 14) . تكون مربعات المورّق الصغيرة كما وصف في « وذْنين القاضي ». تسطح المربعات خفيفا، وتغمس، أربعا أربعا أو خمسا خمسا، في الزيت الغليان.
تقلى الرغايف من وجهيها بتقليبها، تخرج من الزيت عندما تتخذ لونا ذهبيا، ثم تترك تقطر.
تقدم مصحوبة بمسحوق السكر وبالعسل الساخن، تبعا للذوق.

الرغايف المحشوّة بعُقْدة اللوز

المقادير لـ 40 من الرغايف.
500 غرام من الطحين
عجينة الرغايف (أنظر الإعداد في الصفحة 14)
250 غرام من اللوز
175 غرام من مسحوق السكر
بياض بيضة واحدة
ملعقة مملوءة جيداً بالقرفة، سكر أو عسل بحسب الذوق

حشوة عقدة اللوز :

يقشر اللوز ، ثم يطحن ثلاث مرات في مطحنة الكفتة مع مسحوق السكر. ثم يخلط الكل ببياض البيض والقرفة، تعجن عقدة اللوز هذه عجنا شديدا.

الإعداد :

تعمل عجينة الرغايف (أنظر الإعداد) تكون منها 40 كرة من حجم المشمشة، تزيت زاوية المائدة، وتطرح عليها الكرة الأولى التي تمدد بتمطيطها وتسطيحها بأطراف الأصابع المدهونة أيضا بالزيت. تمدد طولا وعرضا حتى الحصول على مورّق مربع من سُمْك ورقة كاغد.

يمدد مقدار جوزة من عقدة اللوز وسط هذا المورق. يطوى المورق أول الأمر على ثلاثة بِثَنْي جانب على آخر. ثم يطوى هذا المستطيل على ثلاثة بحيث يتكون منه مربع ضلعه 10 سنتم تقريبا.

حينما يتم صنع جميع المربعات المحشوة، تسطح بأطراف الأصابع تسطيحا خفيفا، ثم تقلى أربعا أربعا أو خمسا خمسا في الزيت الغليان . تقلى الرغايف سَوِيًّا من وجهيها، بِتقليبها وتخرج من الزيت عندما تتخذ لونا ذهبيا. تترك تقطر بضع دقائق قبل تقديمها مصحوبة بمسحوق السكر، أو بالعسل تبعا للذوق.

ملحوظة : من الممكن أيضا أن تغمس الرغايف في العسل الساخن جدا قبل تقديمها.

الرغايف مَخْتَمْرِين

من أجل صنع 30 رغيفة تقريبا، يلزم :

500 غرام من الفرينة
25 غراما من الخميرة
ملء ملعقة قهوة من الملح
ماء دافىء ـ عسل ـ زبدة

يغربل الطحين، ويصنع منه عجينة في كثافة عجينة الخبز، تعجن جيدا، وتعرك مدد عشرين دقيقة، تكون منها كرة كبيرة يذر على المائدة قليل من الطحين، ويوضع عليه كرة العجين التي يذر فوقها بدورها قليل من الطحين. تبسط بالوراق مع قلب العجينة عدة مرات إلى أن يبلغ سمكها نصف سنتم.

تقطع في العجينة أقراص صغيرة بواسطة مِجْواب مستدير غير مُسَنَّن، أو بواسطة كأس فمها ذو حرف رقيق. تعاد نفس العملية حتى نفاد العجين.

يبسط كل قرص بالوراق على المائدة التي ذر عليها الطحين، مع قلب القرص عدة مرات والعناية بذر الطحين عليه جيدا. ثم توضع الرغايف أولا بأول، مبسوطة تماما على المائدة. يلزم أن تكون هذه الرغايف من سُمك كرتون رقيق، 1 ملم تقريبا.

الإنضــــاج :

توضع مقلاة الطين على جمر متقد ناره قوية نحو ما. تترك المقلاة تحمى. تؤخذ الرغيفة الأولى في لطف وينفض عنها الطحين. ثم توضع مبسوطة في المقلاة. تترك تسخن ثم تقلب مرتين. تعتبر الرغيفة متقنة إذا خلت من الثقوب وانتفخت ، كما تنتفخ نفاخة صغيرة مُلِئَتْ بالهوَاء . عندئذ تقلب الرغيفة مرة أخيرة ثم تخرج من المقلاة . تفرق الرغيفة في الحال بحيث تصير قرصين مَمْسُوكَين من الطرف ليس غير.

فإن حدث أن وجد ثقب أو عدة ثقوب في الرغيفة فإنها لن تنتفخ. عندئذ تغلق هذه الثقوب بالضغط عليها خفيفا بخرقة وترك الرغيفة تنتفخ. تمسح المقلاة وتنضج الرغايف أولا بأول مع البدء دائما بالتي كُوِّنت أولا. توضع الرغايف الناضجة واحدة فوق الأخرى على قطعة ثوب نظيفة.

وعند تقديم الطعام، توضع قطعة كبيرة من الزبدة في مقلاة، ويخلط بها مقدار نصف كأس شاي من العسل، وتسقى بملعقتين أو ثلاثة من ماء الزهر. يسخن الخليط وتغمس فيه الرغايف إلى أن تتشبع به. تسخن بضع دقائق ثم تقدم في الحال.

ملحوظة : يمكن أن يعوض العسل بمسحوق السكر المذاب في الزبدة.

المَطْلُــوع :

فطائر غليظة من صنف الرغايف مختمرين.

بعد أن يعرك العجين، تعمل منه فطائر كبيرة أغلظ من الفطائر السابقة ، من سمك 3 إلى 4 ملم، وتنضج بنفس الطريقة . تؤكل مغموسة في الزبدة المذابة مع الشاي بالنعناع.

السفنــج :

المقادير لـ 15 سفنجة

500 غرام من الطحين	**ملء ملعقة قهوة من الملح**
15 غراما من الخميرة العادية	**زيت للقلي**
كأس كبيرة ونصف تقريباً من الماء الدافىء	

يغربل الطحين في قصعة. يجوف وسط الطحين، ويصب في التجويف الخميرة المطلوقة مع الملح والماء. يخلط الطحين بالماء قليلا قليلا حتى الحصول على عجينة متماسكة. تعرك هذه العجينة شديدا مدة عشرين دقيقة، ثم يزاد فيها شيئا فشيئا الماء الباقي، مع تهوية العجين، وخبطه بكلتا اليدين على المائدة في قوة، كما ذكر في صنع ورقة البسطيلة (انظر الصفحة 14).

وهكذا نحصل على عجينة لينة ومطاطة. توضع العجينة في إناء، تغطى، وتترك لتختمر في مكان دافىء مدة 2 إلى 3 ساعات تقريبا. يخلط العجين بعد ذلك. يؤخذ من العجين مقدار بيضة دجاجة، تزيت الأصابع، تثقب « بيضة » العجين من وسطها ويلقى بها في الزيت الغليان، وللإبقاء على الثقب مفتوحا نوسعه قليلا بالتمطيط بواسطة قضيب كباب. تعمل سفنجات أخرى ويلقى بها أولا بأول في المقلاة، وتقلب سريعا لكي تنتفخ جيدا، وتذهب سويا من وجهيها . يخرج السفنج من المقلاة بالمخطاف ويترك يقطر.

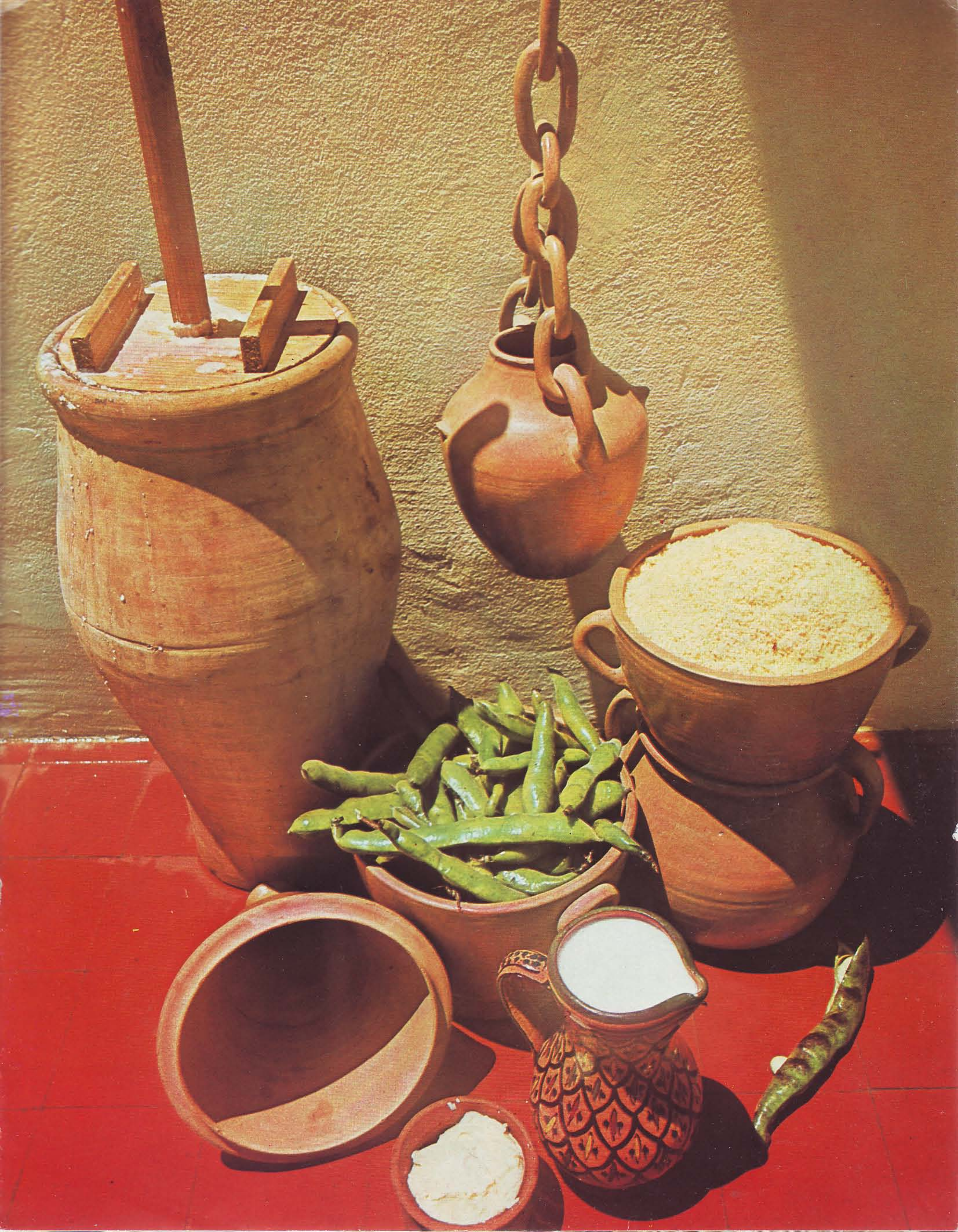
يقدم فطورا مصحوبا بالشاي المنعنع، وقد يؤكل السفنج بالعسل أو بدونه حسب الذوق.

بغريــــر :

بغرير نوع من الرغايف، أحد وجهيه أملس، والآخر مخرّق بالعديد من الثقوب الصغيرة.

البغرير رغايف خفيفة تذوب في الفم، تؤكل مدهونة بالزبدة ومصحوبة بالعسل أو بمسحوق السكر (راجع الصفحة 15).





مُشْتَقَّات الحليب

الحليب الرايب

يروّب الحليب بزغب القوق الذي جفف ودق في المهراس واحتفظ به في بوقال مسدود بإحكام.
وليروّب ليتر واحد من الحليب يلزم :

- ملء ملعقة حساء من زغب القوق البري
- ملعقتا حساء من ماء الزهر
- 4 أو 5 ملاعق حساء من مسحوق السكر بحسب الذوق.

توضع ملعقة زغب القوق البري المدقوق في زلافة، ويغطى بالماء الدافيء. يحلّى الحليب بالسكر ويعطر بماء الزهر ثم يدفأ على النار. يصفّى زغب القوق في نسيج رقيق، ويعصر جيدا لاستخراج سَيّاله كله. يخلط هذا السيّال سريعا بالحليب الدافيء.

يصب هذا الحليب فوراً في زلا يف، تغطى وتترك في مكان دافيء ليروب الحليب. زمن الروب من ساعة إلى ساعة ونصف.

بعدئذ يبرد الرا يب في الثلاجة مثلا، ويقدم ختاما لوجبة الطعام.

اللبـــــن :

« اللبن » وهو الحليب الممخوض، يمخض إما في شكوة، وهي وعاء من جلد للماء أو للبن، وإما في خا بية، وهي جرة مخصوصة لهذا الغرض.

يصب الحليب أول الأمر، في قدر (إناء من فخار) يغطى ويترك ليروب، ويتطلب ذلك من يومين إلى أر بعة أيام تبعا للفصل وأحوال الطقس. وبعد أن يروب الحليب ، يصب في الشكوة. تعلق الشكوة بطرفي حبل بين غصني شجرة بالباد ية. ترجّ الشكوة وتحرك في صبر إلى أن يسمع للمخيض "بَقْبَقَة" متميزة تشير إلى أن ذرات الدسم التي يكوّن منها كرة الز بدة قد انفصلت عن الحليب الرائب الذي أصبح من جد يد سيّالا.

حينئذ « يفرغ » **« اللبن »** في جرة عبر مصفاة دقيقة العيون.

وفي الخا بية يصب الحليب الرائب كذلك ويمخض بواسطة عمود ينتهي بقرص من الخشب.

يوضع على فم الخا بية غطاء من الخشب في وسطه ثقب يدخل منه العمود فيحرك بشدة من أعلى إلى أسفل.

وحينما تظهر ذرات الدسم على وجه المخيض يكون **« اللبن »** قد أدرك.

ولتيسير المخض يزاد في الشكوة أو الخابية ليتر من الماء الدافىء في أول العملية.
يقدم « **اللبن** » جد بارد، وحده، أو يعمل به (السيكوك) (انظر طريقة الإعداد في الصفحة 148)
إذا كان الرائب قليلا، أمكن مخضه بالمازجة (مكسير).

الجبن الطـــري :

يصنعه اللبانون المحترفون ، وهو نوع من الحليب الرائب الذي يجعل في قطع من النسيج الرقيق ليقطر. وبعد ذلك يؤكل بمسحوق السكر.

الجبـــن المملـــح :

حليب رائب، يملح، ثم يقطر ويجفف في نوع من الأوعية المسطحة المضفورة من الحلفاء. يتخذ شكلها فيجيء جُبْناً مستديرا مسطحا وصلبا. يباع في الأسواق كما يباع الجبن الطري، ويعمل في غالب الأحيان من حليب المعيز.

العُقْبَـة والحـلاوَى

الحَلْوى الرغِيفَـة

هذه الحلواء المعسلة الغنية ، تقدم، في غالب الأحيان، في حفلات الزفاف، والختان، والعقيقة. ترتب في صحن عميق، على شكل مخروط تعلو قمته كرة من الزبدة الطرية.

المبدأ أن يصنع حلوانيون متخصصون هذه الحلوى بمقادير كبيرة ـ وعلى كل حال، هاهي المقادير الكافية لعشرة أشخاص :

250 غرام من طحين القمح الصلب المنخول في غربال الحرير
250 غرام من الطحين الأبيض الرقيق
ملء ملعقة قهوة من الملح
نصف كأس شاي من ماء الزهر
زيت للقلي
ماء
2 كلغ من العسل.

تعمل عجينة من الطحين والملح والماء. تعرك شديدا، مدة نصف ساعة، وتجعل في مثل تماسك عجينة الرغايف (انظر الإعداد في الصفحة 150).
تدهن هذه العجينة بالزيت وتكوّن منها كويرات في حجم المشمشة.
يغلى الزيت في مقلاة. تمدد الكويرة الأولى وتُمَطَّطُ بتسطيحها حتى الحصول على مُورّق مربع من سُمك ورقة كاغد، ثم يقلى من وجهيه في الزيت الغليان إلى أن يتخذ لونا ذهبيا. يترك المُورق ليقطر، ثم يسحق ويفتت بالبَرْغاة في القصعة. وبنفس الطريقة تمدد الكويرات الأخرى وتقلى ، بينما يقوم شخص آخر بسحق وتفتيت الرغايف المقلية.
حينئذ يسخَّن نصف العسل ويزاد فيه ماء الزهر. يترك يغلي بضع دَقَائق ، ثم يخلط بفُتات الرغايف المسحوقة. يترك على النار بضع دقائق. تفرش هذه العجينة في القصعة وتترك ترتاح 24 ساعة. وفي الغد، يسخن العسل الباقي ويترك يَغْلِي. يرفع عن النار. تسقى العجينة بهذا العسل الحامي جدا مع تحريكها. تخلط جيدا، وتوضع في مصفاة لتقطر. يضغط عليها لاستخراج ما فيها من زيت زائد، ثم ترتب في صحن مستدير وتترك تبرد.

البريوات بالعسل واللـوز

المقادير لمائة بريوة

500 غرام من اللوز
375 غرام من مسحوق السكر
4 بيضات صحيحة
ملعقتا قهوة من القرفة
ثلاثة أرباع الليتر من الزيت (لقلي اللوز)
1/2 كأس شاي من ماء الزهر
2 كلغ من العسل
زيت للقلي
ورقة بسطيلة من 15 سنتم على 10 سنتم لكل بريوة.

يقشر اللوز، ويغلى ثلاثة أرباع الليتر من الزيت. يمسح اللوز ويرمى في الزيت الغليان. يترك حتى يتلون خفيفا ثم يقطر. يحتفظ بزيت القلي.

يطحن هذا اللوز المقلي مرة واحدة في مطحنة الكفتة. يغلى نصف الزيت الذي قلي فيه اللوز. ينقص من النار، ويرمى في الزيت الغليان اللوز المخلوط بمسحوق السكر والقرفة، ويصب فيه قليلا قليلا البيض المخفوق مع تحريك الخليط . يزاد ماء الزهر ثم يرفع عن النار.

تطوى البريوات بعد أن تبرد عقدة اللوز، مع اتباع الإرشادات المتعلقة بمختلف أشكال طي البريوات : المستطيلة منها والمثلثة

تقلى البريوات من وجهيها في الزيت الغليان وتُذهّب جيدا، ثم يلقى بها وهي حامية في العسل الغليان. تترك البريوات تتشبع بالعسل مقدار الوقت الذي يستغرقه قلي تلك التي وضعت في المقلاة. ثم تخرج البريوات من العسل وتترك تقطر. وفي أثناء قَلْيِ البريوات، يغلى العسل على النار من حين إلى حين لكي يحتفظ بحرارة مرتفعة نحو مّا.

وبعد أن تبرد البريوات ، يحتفظ بها في علبة من القصدير الأبيض تسد بإحكام.





الْكَرِيــوَش

المقادير

يؤخذ 1/2 كلغ من الطحين ويعجن مع كرة في حجم حبة طماطم كبيرة من خميرة الخبز (انظر إعداد الخميرة في الصفحة 14).

1 كلغ من الطحين الأبيض الرقيق

بيضة صحيحة

مح بيضة واحدة (صفرة البيض)

250 غرام من الجلجلان المحمص، المطحون ثلاث مرات في مطحنة الكفتة

500 غرام من الجلجلان المحمص ليذر على الحلوى بعد قليها وتعسيلها

مقدار نصف كأس شاي من الخل

مقدار نصف كأس شاي من ماء الزهر

مقدار نصف كأس شاي من الزبدة المذابة

ملء كأس شاي من زيت كاوكاو

قبصة من الزعفران الحر المدقوق

6 ليترات من العسل

4 ليترات من الزيت للقلي.

في المساء :

يغربل 500 غرام من الطحين. يجوف وسطه. يملح ، وتوضع في التجويف كرة الخميرة المطلوقة في قليل من الماء. يخلط الجميع حتى الحصول على عجينة في مثل كثافة عجينة الخبز ـ فإذا تعذر الحصول على الخميرة البلدية، عوضت بعشرين غرام من الخميرة العادية. يعرك العجين شديدا مدة نصف ساعة. تكون منه كرة وتوضع في إناء عميق نحو مّا. يغطى، ويترك في الموضع الدفيء ليختمر حتى الغد.

وفي الغد :

يلزم أن يكون المحل الذي سيشتغل فيه بعرك وخلط العجين دافئا؛ إن هذا أمر جد مهم ! تغلّق الأبواب والنوافذ إن اقتضى الحال. يغسل الجلجلان ويقطر ثم يحمص، ويطحن منه 250 غرام ثلاث مرات متتابعة في مطحنة الكفتة. يغربل الطحين ويخلط بالجلجلان المطحون وبالزبدة المذابة والزيت.

يسخن الخل وماء الزهر ويطلق فيه الزعفران ، ثم يمزج الخليط بالعجينة التي اختمرت منذ الأمس. يضاف إليها صفرة بيضة وبيضة كاملة. ثم تخلط العجينة المختمرة بالعجينة الأخرى. يعرك هذا العجين شديدا طوال مدة صنع الكريوش.

يلزم أن يتعاون في صنع الكريوش شخصان على الأقل : أحدهما يعرك العجين في استمرار، والآخر يصنع الحلوى. تؤخذ كرة من العجين. تبسط وتمدد طولا بالوراق حتى الحصول على ورقة من سمك 2 ملم مع تقليبها ظهراً لبطن مراراً. يقطع في الورقة بالناعورة (عجلة صغيرة مُسَنَّنة) مربعات ضلع المربع 10 سنتم تقريبا. تشق في كل مربع خمسة سُيُور عرض السير 2 سنتم. تدخل سبّابة اليد اليسرى بين السُّيُور الوَتْرِيّة بينما يقبض باليد اليمنى الطرفان المستقيمان للمربع، ثم يضغط عليهما ليلتصقا. ثم توضع الحلوى المصنوعة المتشابكة السُّيُوْر في لطف اتِّقاءً لِتكسير سيورها وتُغطّى. وعندما يتم صنع الحلوى تترك لتختمر مدة نصف ساعة تقريبا. بعد ذلك تقلى الحلوى من وجهيها في الزيت الغليان حتى تتخذ لونا ذهبيا، ويلقى بها وهي حامية في العسل الذي أغلي بضع دقائق ثم رفع عن النار. تترك الحلوى تنقع في العسل طوال مدة قلي تلك التي وضعت في المقلاة أو في طنجرة الزيت الغليان. ثم تخرج الحلوى المعسلة بواسطة مِرْغاة، تقطر ويذر على أحد وجهيها، وهي لا تزال حامية، الجلجلان المحمص.

يجعل العسل على النار من حين لآخر، لِيَحمى وليحتفظ دوما بحرارة مرتفعة نحو مّا.
والمبدأ أن الكريوش تعتبر متقنة جيدة إن هي تشربت من العسل المستعمل نصفه أو أكثر.
يترك الكريوش يبرد، ثم يحفظ في علب من القصدير الأبيض.

ملحوظة : من الممكن استعمال العسل الباقي لتعسيل البريوة باللوز أو لصنع حلواء الجلجلان التي تعمل من حبات السمسم بالعسل.

الحلوى الشبَّاكِية (الزلابية)

250 غرام من طحين القمح الصلب المنخول في غربال الحرير	**20 غراما من الخميرة العادية.**
250 غرام من الطحين الأبيض الرقيق	**2 كلغ من العسل**
ملعقة قهوة مملوءة جيدا بالملح	**ماء**

يوضع الطحين في القصعة، ويجوّف وسطه. يزاد فيه الخميرة المطلوقة في قليل من الماء مع الملح. يخلط الطحين بالماء الدافىء حتى الحصول على عجينة متماسكة نحو مّا.
تعرك هذه العجينة شديدا مدة عشرين دقيقة، ثم يزاد فيها الماء قليلا قليلا. مع تهوية العجينة وخَبْطها بكلتا اليدين على القصعة، كما ذكر عند الحديث عن عجينة الورقة. (انظر الإعداد في الصفحة 14). يزاد الماء حتى الحصول على عجينة سيّالة شيئاً مّا، تكون وسطا بين عجينة السفنج وعجينة بغرير (انظر الصفحة 15). يترك العجين يرتاح مدة ثلاث ساعات كاملة. يغلى الزيت في مقلاة، ويصب العسل في طنجرة كبيرة حيث يغلَى، ثم ترفع الطنجرة عن النار.
يملأ قِمْعٌ من سيال العجين ويقبض عليه بسبابة وإبهام إحدى اليدين، ويسد أسفل القِمْع بسبابة اليد الأخرى. يُصَوَّبُ من علو مناسب ، أسفل القِمْع نحو مقلاة الزيت الغليان. ترفع السبابة التي تسد أسفل القمع، ويرسم سريعا بالعجينة السيالة زهرة قُطْرُها 15 سنتم تقريبا، ذات نوريات مستديرة ومتشابكة. تذهب الحلوَى الشبَّاكِية من وجهيها، ويلقى بها حامية في العسل الساخن جدا. تترك في العسل بضع دقائق، ثم تخرج وتقطر. تعاد نفس العملية حتى نفاد العجين.
يسخن العسل من حين لآخر لكي يحتفظ بحرارة مرتفعة نحو مّا. تقدم الشباكية مع الحريرة أو في نهاية وجبة الطعام.

الغرِيبة المرَمّلـة بالسمـــن

المقادير لـ 60 إلى 70 قطعة
- **500 غرام من الطحين الأبيض الرقيق**
- **250 غرام من طحين القمح الصلب المنخول في غربال الحرير**
- **250 غرام من السكرالصقيل**
- **450 غرام من السمن**

يخلط في عناية السمن والسكر الصقيل والطحين المنخول. تكوّن منه كرة كبيرة، وتترك ترتاح بضع ساعات.
بعدئذ ، يطحن هذا الخليط مرتين متتاليتين في مطحنة الكفتة، ثم تعرك هذه العجينة

بضع دقائق. يؤخذ من العجين مقدار جوزة. تكوّن كرة. تسطح الكرة في أناة بنقلها من كف إلى كف. *تواصل* العملية حتى نفاد العجين. تصفف الغريبة. أولا بأول على صفيحة غير مدهونة بالسمن. تنضج في فرن معتدل الحرارة مدة 10 إلى 15 دقيقة.

الغريبـــة بالسَّميـــدة

المقادير لـ 50 قطعة

1 كلغ من السميدة الرقيقة
500 غرام من سكر سنيدة
6 بيضات
مقدار نصف كأس شاي من زيت كاؤكاو
مقدار نصف كأس شاي من الزبدة المذابة
كيس صغير من خميرة الحلوى
كيس صغير من الوَنيلَة (ڤانيلاّ)

يخفق البيض مع سنيدة إلى أن يبيّض هذا الخليط. ثم يمزج به الزيت والزبدة المذابة. والخميرة. والونيلة. ثم تعجن السميدة بهذا الخليط.

تدهن اليدان مرارا بماء الزهر. تكوّن من العجين كرات أكبر بقليل من الجوزة. تسطح الكرة المكوّنة قليلا بضغطها من أحد الوجهين على مسحوق السكر الصقيل. بحيث يحصل على نوع من الأقراص الصغيرة. تصفف أولا بأول. بعضها متباعد من بعض. ووجهها المسكر إلى أعلى. فوق صفائح مدهونة بالزبدة.

ينضج في فرن معتدل الحرارة مدة 15 إلى 20 دقيقة.

غريبَة الجُلجُلان (حبـــوب السِّمْســم)

المقادير لأربعين قطعة على التقريب

250 غرام من الجلجلان المحمص
100 غرام من الطحين الرقيق المحمص
200 غرام من مسحوق السكر
3 بيضات كاملة
كيس صغير من خميرة الحلوى
قشرة مبشورة لليمونة واحدة

يغسل الجلجلان ويقطر. ثم يحمص على النار. ويقلّب إلى أن يتحمّر جيدا. يحمص الطحين أيضا. ثم يغربل في غربال الحرير.

عندئذ. يطحن الجلجلان المحمص مرة واحدة في مطحنة الكفتة. يوضع مسحوق السكر. والخميرة. وقشر الليمون المبشور على المائدة حيث يخلط بالجلجلان والطحين. يجوّف وسطه ويكسر فيه ثلاث بيضات. يخلط هذا المزيج ويعرك شديدا. وبذلك يحصل على عجينة رَخْوة ولينة نحو مّا. تدهن اليدان بالزيت. وتكوّن كرات من حجم الجوزة . تسطح الكرة قليلا بضغطها من جهة واحدة على السكر الصقيل.

تصفف الأقراص. أولا بأول. الوجه المسكر إلى الأعلى. على صفيحة مدهونة بالزيت. تنضج في فرن معتدل الحرارة مدة 15 دقيقة تقريبا.

الغريبــة باللــوز

المقادير لإعداد 80 إلى 90 قطعة

1 كلغ من اللوز
650 غرام من السكر الصقيل
3 بيضات كاملة
قشرة ليمونة حامضة
كيس صغير من الونيلة (ڤانيلا)

يقشر اللوز ويطحن مرتين في مطحنة الكفتة. ومن جهة أخرى، يخفق البيض مع السكر الصقيل إلى أن يبيضّ الخليط جيدا. يضاف إليه قشر الليمون المبشور رقيقا والونيلة. حينئذ، يمزج هذا الخليط بعقدة اللوز، فيحصل على عجينة لينة شيئاً مّا.

ندهن اليدان قليلا بالزبدة ، وتكون كُوَيْرات أغلظ من الجوزة بقليل. تسطح الكُويرة المكوّنة بضغطها خفيفا من جهة واحدة على السكر الصقيل.

تصفف الأقراص، أولا بأول، بعضها متباعد عن الآخر، ووجهها المُتَكّر إلى الأعلى، على صفيحة مدهونة بالزبدة. ينضج في فرن معتدل الحرارة مدة 15 إلى 20 دقيقة.

كَعْب غـــزال

المقادير لإعداد 70 إلى 80 قطعة

عقــدة اللــوز.
1 كلغ من اللوز
700 غرام من سكر سنيدة
مقدار ثلاثة أرباع كأس ماء
من ماء الزهر
نصف ملعقة قهوة من القرفة
مقدار بيضة دجاجة من الزبدة

المُــورَق :
500 غرام من الطحين
ملء ملعقتي حساء من
ماء الزهر
بيضة واحدة
ملعقة حساء من الزبدة المذابة

إعداد عقدة اللوز :

يقشر اللوز، يشلّل ويمسح بنسيج نظيف ويخلط به مسحوق السكر وماء الزهر. يطحن مرة أولى في مطحنة الكفتة. ويزاد فيه عندئذ القرفة، والزبدة وبيضة كاملة. يمزج الكل ثم يطحن مرتين في مطحنة الكفتة. تعجن هذه العقدة شديدا. يؤخذ في كل مرة مقدار مشمشة غليظة من العقدة، وتعمل بها مقانق صغيرة رقيقة الطرفين.

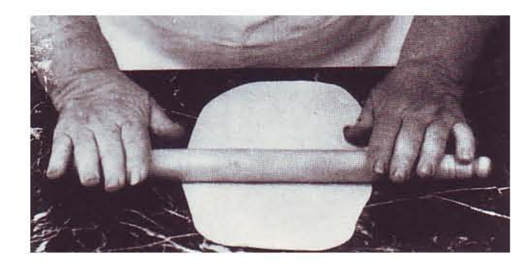
إعداد الورقة :

يغربل الطحين ويجوف وسطه، وتصب فيه الزبدة ثم ماء الزهر قليلا قليلا. يلتّ الكل حتى الحصول على عجينة في مثل كثافة عجينة الخبز.

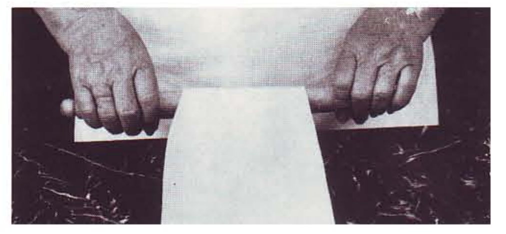
تعرك هذه العجينة شديدا مدة نصف ساعة، مع العناية بأن لا يَتَكَبّد العجين.

وطوال مدة صنع كعب الغزال، يواصل شخص ثان عرك هذه العجينة التي يُسْتَمَد منها تباعا.

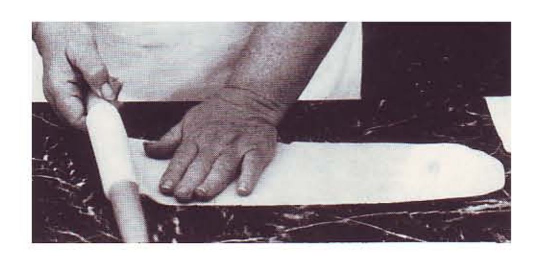




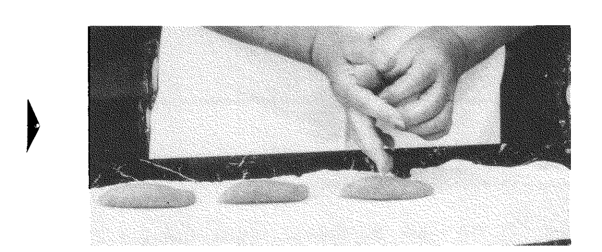
تؤخذ قطعة من العجين، تعمل منها كرة من حجم برتقالة، تمدد بالوراق مع تقليبها ظهرا لبطن عدة مرات.



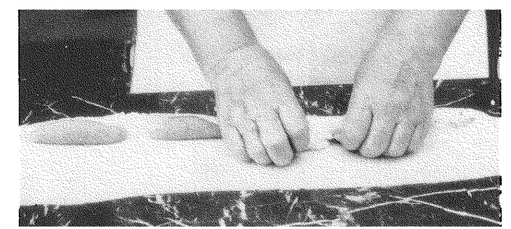
عندئذ تلف هذه العجينة حول الوراق، مع جّذبها في أناة لكي لا تتمزق.



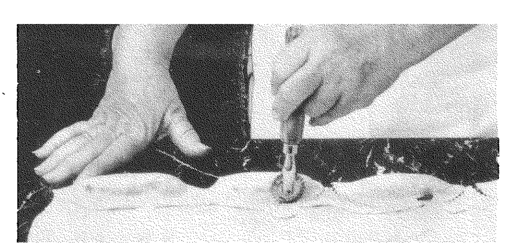
يواصل الجذب مع تسريحها على المائدة بحيث تكون تلك العجينة شريطا طويلا وعريضا نحو مّا من سُمك كرتون رقيق، 1 ملم تقريبا.



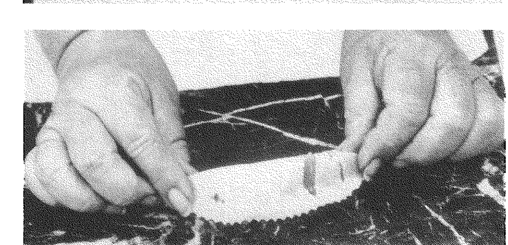
تصفف مقانق عقدة اللوز أُفقيا وبالطول في وسط الشريط، مع ترك فراغ من 3 إلى 4 سنتم بين الواحد والذي يليه.



تجذب العجينة بالعرض وترقق بقدر المستطاع، ثم تطوى عرضا بحيث تتغطى عقدة اللوز.



تقطع الحلوى بالناعورة المسنّنة مع ترك حاشية من 2 إلى 3 ملم.



ثم تقرض الحلوى من الأعلى مع إعطائها شكل الهلال. تصفف الحلوى على صفيحة مدهونة بالزبدة. وتنضج في الفرن على نار معتدلة مدة 15 إلى 20 دقيقة تقريباً.

كَعْب الغَزال مُفَنَّد

نفس طريقة الإعداد السابقة.

يلف في ورقة أغلظ نسبيا، ويحتفظ له بشكل المقانق، وبعد النضج، يغمس حاميا في ماء الزهر المسخن، ثم يلف في مسحوق السكر الصقيل.

التَّمْــر المحشــو

المقادير لـ 500 غرام من اللوز

500 غرام من التمر الجيد الذي لم ينضج كثيرا
250 غرام من مسحوق السكر
3 ملاعق حساء من ماء الزهر
ملوّن : أحمر أو أخضر.

يقشر اللوز ويمسح بنسيج نظيف. يحمص في الفرن إلى أن يتخذ لونا ذهبيا، ثم يخلط به مسحوق السكر، وماء الزهر. ويطحن مرتين متتابعتين في مطحنة الكفتة.

يزاد فيه قطرة ملون أحمر أو أخضر بحيث يأخذ، بعد مزجه، لونا زاهيا براقا.

يمسح التمر، وينزع نواه بشقه من جهة واحدة، ثم يحشى بمقدار جوزة مفتولة جيدا وملساء.

يلف في مسحوق السكر، ويصفف في صحن.

فاكهة الملـوك

المقادير لمائة قطعة تقريبا

عقدة اللـــوز :

- **500 غرام من اللوز**
- **200 غرام من سكر سنيدة**
- **1/2 ملعقة قهوة من القرفة**
- **ملعقة حساء من الزبدة المذابة**
- **3 ملاعق حساء من ماء الزهر**
- **مُلوّنات : الأحمر والأخضر والأصفر**
- **عود النوار (القرنفل)، أو شرائح لوز رقيقة**

المــورّق :

- **100 غرام من الطحين**
- **3 ملاعق حساء من ماء الزهر**
- **ملعقة حساء من الزبدة المذابة.**

يقشر اللوز ويمسح بقطعة ثوب نظيف، ويخلط بسكر سنيدة، وماء الزهر. يطحن في مطحنة الكفتة ثلاث مرات متتابعة. يُزاد في هذا الخليط الزبدة المذابة والقرفة، ثم تعجن هذه العقدة قليلا.

تفرق عقدة اللوز ثلاثة أجزاء، وَيُلَوّن كل جزء منها خفيفا بملوّن مخالف، ثم تعمل منها كرات لها حجم وشكل الجوزة، ويحتفظ بالكرات جانبا.

يمزج الطحين بماء الزهر والزبدة المذابة، تعرك هذه العجينة شديدا ليعمل منها المورّق . تبسط هذه العجينة بالوراق مع تقليبها مراراً. ثم تلف حول الوراق، مع تمديدها في لطف إلى أن تصير شريطا طويلا من سُمْك كارتون رقيق، أي من سُمْك 1 ملم تقريبا. تقطع بالناعورة المسننة أشرطة طويلة عرضها 3 ملم. تلف جوزات عقدة اللوز بهذا الشريط. ثم يغرز في رأس كل جوزة من عقدة اللوز شريحة لوز رقيقة، أو عُويد من عود النوار تبعا للذوق. تصفف القطع واقفة على صفيحة مدهونة بالزيت.

تنضج هذه الحلوى في فرن معتدل الحرارة من 10 إلى 15 دقيقة تقريبا.

جَبـــان

المقاديــر :

- **200 غرام من اللوز المقشور والمحمص في الفرن**
- **4 بياض البيض المخفوق شديدا جدا**
- **1 كلغ من قطع السكر**
- **1/2 ليتر من الماء**
- **2 أو 3 حبات مدقوقة من المصطكة (الصمغ العربي)**
- **مقدار حبة حمص من الشب**

يوضع السكر في طاوة، يغطى بنصف ليتر من الماء ويسخن حتى درجة الغليان، يضاف إليه الشب المدقوق والمصطكة، يترك يطبخ حتى يبدأ يطلق الخيط . يرفع عن النار قبل أن يأخُذَ في التلون.

يخفَقُ بياض البيض شديدا، يصب عليه قليلا قليلا السكر الدافىء مع مواصلة خفق هذا المزيج مدة 20 دقيقة على الأقل، عندئذ يزاد فيه اللوز المحمص. يصب هذا الخليط الناصع البياض في إناء أجوف.

يترك يبرد ويجمد قبل تذوقه.

القَرَاشَل (نوع من الخُبَيْزات الحُلْوة)

---

1 كلغ ونصف من الطحين الأبيض الرقيق
500 غرام من السكر المدقوق شديداً في المهراس
75 غراما من الخميرة العادية
3 ملاعق حساء من مخلوط الجلجلان المحمص وحبوب الأنيسون (النافع)
4 أو 5 حبات من المُصْطَكَّة المدقوقة مع 1/2 ملعقة قهوة من الملح
كأس شاي من الزبدة المذابة
كأس شاي من ماء الزهر
يزاد عليه أو ينقص منه بحسب قدرة الطحين على التشرب

يؤخذ ، بادىء ذي بدء نصف الطحين المنخول، ويملحُ قليلا، ويزاد فيه 50 غراما من الخميرة العادية المطلوقة في شيء من الماء ويبل الطحين حتى الحصول على عجينة أقل كثافة شيئاً ما، من عجينة الخبز. تعرك هذه العجينة عركا شديدا، وتوضع في إناء ، يغطى ويوضع قرب مصدر للحرارة وتترك تختمر مدة 2 أو 3 ساعات تقريباً.
وبعد أن يختمر العجين يوضع من جديد على المائدة، ويخلط به بقية الطحين المنخول، والسكر المدقوق و 25 غراما من الخميرة العادية، ويضاف إلى الكل الزبدة المذابة ، وماء الزهر الدافىء وحبوب الجلجلان والأنسيون المخلوطان، والمُصْطَكَّة المدقوقة، ثم يعرك هذا الخليط عركا شديدا. وحينئذ، تشكل بسرعة كرات من حجم قبضة اليد وتسطح باليدين بتحويلها من كف إلى كف بحيث يحصل على نوع من الخبيزات المستديرة من سُمك 1 سنتم تقريبا
توضع الخبيزات، أولا بأول، على لِحاف مغطى بقماش نظيف. تغطى الخبيزات تغطية تضمن لها الحرارة وتترك مدة 2 أو 3 ساعات تقريبا.
يتحقق من اختمار العجين بأن يضغط بالأصبع في أناة على الخبيزة.
فإذا عادت العجينة، بعد رفع الأصبع، إلى حالتها الأولى اعتبرت مختمرة. حينئذ، تدهن الخبيزات بمحة البيض بواسطة مِرّقاش (فُرشاة)، وتثقب كل خبيزة بالشوكة في مواضع مختلفة، ثم تدخل إلى الفرن.

الفقّـــــاس

تعمل عجيينة مثل عجينة القراشَل (انظر أعلاه)، تشكل بسرعة قضيبات من طول 20 سنتم ومن سُمك الأصبع. توضع في محل ساخن نحو مّا . على لحاف غطي بقماش نظيف وتغطى جيدا. تترك تختمر مدة 2 أو 3 ساعات تقريبا.
وللتحقق من اختمار العجين، يضغط عليه بالأصبع في خفة ثم يرفع الأصبع . ويلزم حينئذ أن تعود العجينة إلى حالتها الأولى. تثقب عندئذ القضيبات بفرشاة في مواضع مختلفة ثم يُبعث بها إلى الفرن لتنضج نصف إنضاج . يعنى أن تخرج من الفرن وقد نضجت بِالْكَادِ، قبل أن يتورد قشرها.
تترك ترتاح عدة ساعات بل وإلى الغد ثم تقصص القضيبات دوائر من سُمك 2 إلى 3 ملم. تصفف مبسوطة في صفيحة غير مدهونة بالزبدة وتحمّر في الفرن بضع دقائق.
توضع بعد أن تبرد في علبة من القصدير الأبيض من أجل أن تبقى هشّة.

البَجْمَـاط

نوع من الفقّاس لكنه أكبر منه جدا وأكثر سُمكا.

تعمل القراشّل أول الأمر (انظر الإعداد في الصفحة 169).

عندما تختمر الخبيزات يبعث بها إلى الفرن حيث تنضج نصف إنضاج. تخرج من الفرن وقد نضجت بِالْكَادِ. وقبل أن تتورد قشرتها.

تترك الخبيزات بضع ساعات، ثم تشطر كل خُبَيْزة شطرين. ثم كل شطر شرائح سُمْك الشريحة نصف سنتيمتر. تعاد هذه الشرائح إلى الفرن لتنضج ولتتحمر جيدا.

تترك تبرد، ثم توضع في علب من القصدير الأبيض لكي تبقى جد هَشّة.

الفقاس باللوز

يعمل هذا الفقاس التقليدي من عقدة اللوز، ويلف في نفس المورّق الذي يلف فيه كعب غزال. ومن الممكن أن يلف أيضاً في ورقة « بَشْكِيطُو » (انظر الصفحة 183) مع حذف النصف من مقدار الخميرة.

تعمل عقدة اللوز من :

250 غرام من اللوز

175 غرام من سكر سنيدة

محة بيضة واحدة (صفرة بيضة)

ملعقة حساء من ماء الزهر

ملعقة حساء من الزبدة المذابة

1/2 ملعقة قهوة من القرفة.

يقشر اللوز بعد أن ينقع في الماء الغليان بضع دقائق.

يمسح بقطعة ثوب نظيف، يخلط بسكر سنيدة وبماء الزهر ويطحن في مطحنة الكفتة ثلاث مرات متتابعة. تزاد محة البيضة، والزبدة والقرفة، ويخلط الكل جيدا. تعمل عندئذ قُضَيْبات من طول عشرين سنتم ومن سُمْك أكثر قليلا من سُمْك سيجارة.

تعمل عجينة بشكيطو مع حذف نصف الخميرة.

تؤخذ قطعة من عجينة بشكيطو، وتبسط بالوراق على مائدة مزيتة بسطا أقوى ما يمكن رِقّة، 2 إلى 3 ملم. يوضع قضيب عقدة اللوز على العجين بالطول وعلى بعد سنتيمتر واحد من الحاشية ثم يلف القضيب مرة واحدة في عجينة بشكيطو. تقطع اللفافة المصنوعة ـ ولا تترك أي حاشية ـ بالناعورة المسننة. يلصق جيدا، وتكرر نفس العملية حتى نفاد عقدة اللوز. نحصل عندئذ على قُضَيبات من سُمْك الأصبع محشوة بعقدة اللوز.

تسوّى هذه الاصابع وترقّق بأن تُحَرْبَل، ثم تقصص بالمقص قطعا مثل الحمص في صفيحة مزيتة.

ينضج في فرن معتدل الحرارة مدة 10 إلى 15 دقيقة، ويخرج من الفرن عندما يتخذ لونا ذهبيا. يترك يبرد. ويحفظ في علبة من القصدير الأبيض لكي يبقى جِدّهش.

ملحوظة : ويعمل من ما يبقى من عجين بشكيطو إما فقاس يصنع بنفس الطريقة ولا يحشى، وإما بشكيطو (انظر الإعداد في الصفحة 183)

ومن أجل لف هذا الفقاس في مورق كعب غزال، تتبع نفس الطريقة مع تمديد الورقة أقصى ما يمكن من تمديد لكي تصير جد رقيقة.





الفَقّاس بالزبيب واللـوز

المقادير :

- 250 غرام من السكر الصقيل
- 3 بيضات
- 1/2 كأس شاي من الزبدة المذابة
- 1/2 كأس شاي من زيت كاوكاو
- 250 غرام من اللوز
- 250 غرام من زبيب بلا بزر
- كيسان صغيران من خميرة الحلوى
- كيسان صغيران من الونيلة
- 750 غرام تقريبا من الطحين الأبيض الرقيق

يخفق البيض مع السكر الصقيل إلى أن يبيض المزيج. يضاف إليه الزبدة المذابة والزيت مع مواصلة التضريب.
ومن جهة أخرى، يقشر اللوز بعد أن ينقع بضع دقائق في الماء الغليان.
يمسح بقطعة ثوب نظيف، ويطحن مرتين في مطحنة الكفتة. يمزج اللوز بالبيض المخفوق ويضاف إليه الونيلة، والخميرة، والزبيب المنقى الذي شلل ومسح جيدا، ثم يزاد في هذا الخليط قليلاً قليلاً، الطحين المنخول حتى الحصول على عجينة لينة أقل كثافة شيئاً مّا، من كثافة عجينة الخبز.
عندئذ تعمل من العجين قضبان غليظة من سمك موزة كبيرة.
تصفف على صفيحة مزيتة وتنضج نصف إنضاج في فرن حام نحو مّا. تخرج من الفرن قبل أن تتورد القشرة.
تترك ترتاح إلى الغد، ثم تقطع دوائر من سُمك نصف سنتميتر مع الاجتهاد في أن لا تنكسر. تصفف في صفيحة غير مدهونة بالزبدة وتحمر في الفرن مدة عشر دقائق.
وعندما تبرد تحفظ في علبة من القصدير الأبيض من أجل أن تبقى جد هشة.

سلُّـو

سلُّو حلوى مقوية تعمل في أغلب الاحايين ، أيام رمضان أو بمناسبة الولادة.

المقادير

- 1 كلغ من الطحين الأبيض الرقيق
- 500 غرام من الجلجلان المحمص
- ملعقة حساء حتى الشفة من النافع المدقوق (أنسيون)
- ملعقتا حساء من مسحوق القرفة
- 300 غرام من مسحوق السكر
- 250 غرام من اللوز المقشور والمقلي في 1/4 لتر من زيت كاوكاو
- 100 غرام من الزبدة
- 300 غرام من العسل
- 3 أو 4 حبات من المصطكة مدقوقة مع قطعة سكر

يحمص الطحين في مقلاة ويحرك في استمرار إلى أن يتحمر جيدا ثم ينخل في الغربال
يغسل الجلجلان ويحمص كما حمّص الطحين. يقشر اللوز ويقلى في الزيت (1/4 ليتر)
يخلط الجلجلان واللوز ومسحوق السكر ثم يطحن الكل مرة واحدة في مطحنة الكفتة

يخلط في عناية، بالطحين المحمّص، ويضاف إليه القرفة، والنافع (الأنسيون) والمُصْطَكّة. يوضع هذا الخليط في القصعة ويجوف وسطه، تذوب الزبدة والعسل معا في طنجرة واحدة، وحينما يسخن المزيج من دون أن يغلى، يضاف إليه زيت قلي اللوز، ثم يصب هذا المزيج الساخن قليلاً قليلاً، في التجويف مع التحريك من أجل أن يتشرب الطحين هذا السائل.
وعندما يصير الخليط متلاحما، يكون منه في الصحن مخروط، يُدَكّنُ جيدا ويذر عليه بواسطة الغربال، السكر الصقيل، ويزين ببضع لوزات مقشورة ومقلية في الزيت.

التّقــاوَت

1 كلغ من الجلجلان المحمّص
250 غرام من اللوز
ملعقتا حساء من القرفة
3 أو 4 حبات من المصطكة المدقوقة مع قطعة سكر
ملعقة حساء حتى الشفة من الانيسون المدقوق
750 غرام من مسحوق السكر.

يغسل الجلجلان، ويقطر ثم يحمّص في مقلاة مع تحريكه في استمرار. يقشر اللوز ويقلى في الزيت.
يخلط اللوز والجلجلان ومسحوق السكر ويطحن الكل مرة واحدة في مطحنة الكفتة، ثم يمزج هذا الخليط بالمصطكة المدقوقة والقرفة والأنسيون المدقوق.
يرتب على شكل مخروط في صحن، يدكن جيدا ويذر عليه بواسطة الغربال السكر الصقيل.

حلوى الجلجلان (حبات السمسم بالعسل)

1 كلغ من الجلجلان المحمص
ملعقة قهوة حتى الشفة من المصطكة المدقوقة
1 كلغ ونصف من العسل
500 غرام من اللوز

يغسل الجلجلان ويقطر ثم يحمّص، يغسل اللوز ويحمّص كذلك، يوضع هذا اللوز في طبق ويفرك براحة اليد حتى ينقلع قشره. يجرش اللوز في المهراس جرشا غليظا. يغلى العسل (يستعمل عسل الشبّاكيّة إن أمكن)، يترك على النار إلى أن يطلق الخيط حين يصب بالملعقة، ويخلط به اللوز والجلجلان، والصّمغ العربي. يترك على النار مدة دقيقتين أو ثلاث دقائق، ثم يرفع عنها، تزيت المائدة ويصب عليها هذا المزيج الحامي، يترك يبرد ويجمد ، ثم يقطع بالسكين مربعات صغيرة.

(حبات السمسم بالسكر)

كأسان كبيرتان من الجلجلان المحمص
كأس كبيرة من مسحوق السكر
كأس صغيرة من اللوز
1/2 ملعقة قهوة من الصمغ العربي المدقوق

يغسل الجلجلان ويقطر ثم يحمّص. يحمّص كذلك اللوز المقشور ويشطر بالطول شطرين. يحتفظ به جانبا.
يوضع مسحوق السكر في طنجرة تنصب على النار. لا يزاد فيه ماء، بل يترك يذوب مع تحريكه إلى أن يتلون، عندئذ ، يضاف إليه الصمغ العربي، والجلجلان، واللوز، يخلط ثم يصب سريعا فوق مائدة مزيتة، يسطح بالوراق فوراً، ثم يقطع مُعَيّنات صغيرة عندما يبرد.







البَسْطيلة بالحليب المُسماة : قِطيفَة

يمكن تزيين هذه البسطيلة بطريقتين اثنتين :

- بالحليب (طريقة الإعداد التقليدي)
- بقشدة حلوية جد خفيفة

طريقة الإعداد بالحليب

1 ليتر ونصف من الحليب
4 ملاعق حساء من مسحوق الرز.
كأس شاي من ماء الزهر
50 غراما من الزبدة
250 غرام من اللوز المقشور، المطحون في طاحونة الخضر بالشبكة ذات العيون الواسعة
20 قطعة سكر
30 ورقة بسطيلة تقريبا (انظر الإعداد في الصفحة 14)
زيت للقلي.

يغلى الحليب مع السكر، يخلط بمسحوق الرز وماء الزهر، يزاد فيه الزبدة ويترك ليخثر شيئاً مَا. ثم يرفع عن النار ويترك يبرد.

ومن جهة أخرى، يقشر اللوز ويقلى في الزيت، ثم يطحن في طاحونة الخضر بالشبكة ذات العيون الواسعة. يخلط به 1/2 كأس شاي من مسحوق السكر ويترك جانبا.

تؤخذ الورقة، وتقص حواشيها في عناية بحيث يعمل منها دائرة مستوية. تقلع الورقات مَثْنَى مَثْنَى، وتحمّر سريعا في الزيت الغليان، ثم تقطر.

وقبل نصف ساعة من تقديم الطعام ، توضع ورقات البسطيلة الموردة في فرن ذي نار جد هادئة ليخلص منها ما بقي من زيت، وتخرج من الفرن بعد ربع ساعة. وفي صحن التقديم، ترتب ثلاث ورقات، يذر عليها اللوز المطحون. تغطى بورقة أو بورقتين، ويصب من فوقها قليل من الحليب الذي برد. تعاد نفس العملية : ورقة، لوز، حليب، إلى أن ينفد الكل. تصب على وجه البسطيلة فرشة أخيرة من الحليب جد الخاثر، ثم تقدم الأكلة فوراً.

البَسْطِيلة بقِشْدَة حلوية جد خفيفة.

طريقة الإعداد بالقشدة الحلوية :

30 ورقة تقريبا
(انظر الإعداد في الصفحة 14)
250 غرام من اللوز
كأس شاي من مسحوق السكر
زيت للقلي

المقادير لإعداد القشدة الحلوية
4 مُحّات بيض
ملعقتا حساء من الطحين
5 ملاعق حساء من السكر
1 ليتر ونصف من الحليب
كيس صغير من السكر المعطر بالوَنيلة

يخفق بياض البيض شديدا. يغلى الحليب ويعطر بالونيلة. ينضج ، بسرعة، بياض البيض المخفوق بأن يلقى ، ملعقةً ملعقةً، في الحليب الغليان. ثم يخرج البيض من الحليب ويحتفظ به. ومن جهة أخرى، تخفق محات البيض مع مسحوق السكر حتى يبيّض هذا الخليط ، فيمزج به الطحين ثم يصب هذا المزيج في الحليب الغليان الذي رفع عن النار، مع

التحريك بلطف . عندئذ يعاد وضعه على نار هادئة. ويتابع التحريك بلطف مدة بضع دقائق ثم يرفع عن النار . يترك يبرد. يلزم أن تكون القشدة جد خفيفة. سائلة تقريبا. فإذا غلظت بعد بردها زيد فيها قليل من الحليب.
وقبل تقديم الطعام بنصف ساعة. توضع ورقات البسطيلة المقلية في فرن ذي نار جد هادئة. مدة ربع ساعة. ليخلص منها ما بقي من زيت . يقشر اللوز ويقلى في الزيت. ثم يجرش غليظا. ويخلط بكأس شاي من مسحوق السكر. ثم تُتبّع حين التزيين والتركيب. نفس الطريقة التي عملت بها البسطيلة بالحليب. يبسط على وجه البسطيلة المركبة بياض البيض المخفوق ويعصر فوق هذا البيض شيء من السكر المكرمل. تقدم الأكلة في الحال.

المحنشـــة

نوع من الحلوى. مستديرة. وملتفة حول نفسها اِلْتفاف الحية. فكلمة « محنشة » مشتقة من الحنش وهو الحية.
تعمل هذه الحلوى من عقدة اللوز . وتلف في ورقة البسطيلة. تورّد في الفرن فتجيء شهية هشة.

المقادير

- 30 ورقة مستطيلة من ورقات البسطيلة من 30 سنتم على 20 سنتم
- (انظر الإعداد في الصفحة 14)
- 1 كلغ من اللوز
- ملعقتا حساء من ماء الزهر
- 700 غرام من مسحوق السكر
- محا بيض (صفرة البيض)
- ملعقة حساء حتى الشفة من القرفة.

إعداد عقدة اللوز :

يقشر اللوز بعد أن ينقع بضع دقائق في الماء الغليان. يمسح اللوز المقشور بقطعة ثوب نظيف. ويخلط بمسحوق السكر. ويسقى بماء الزهر. يطحن الكل في مطحنة الكفتة ثلاث مرات متتالية. عندئذ توضع هذه العقدة. مع الزبدة المذابة. في طاوة تنصب على نار هادئة ويحرك الكل بِملْوَق في لطف إلى أن تَلِين السكر ويلْتزِق بعقدة اللوز (من 15 إلى 20 دقيقة تقريبا).
ترفع عن النار . وتترك تبرد . ثم يخلط بها في عناية . محا البيض والقرفة.

إعداد المحنشة :

تعمل من عقدة اللوز قضبان طويلة من غلظ إبهام كبيرة.
يلصق بالطول طرفا ورقتيْ بسطيلة بمح البيض. ويكون الوجه اللامع للورقة إلى المائدة. يوضع قضيب من عقدة اللوز بالطول فوق الورقة على بعد 2 أو 3 سنتم من الحاشية. ثم يلف القضيب في الورقة. تلصق أطراف الورقة بمح البيض. تلف هكذا سائر قضبان عقدة اللوز
يؤخذ عندئذ قضيب مغلف. ويلف حول نفسه على نمط خطوط صدف الحلزون. ثم يوضع مبسوطا وسط الصحيفة المزيتة. يلصق بالقضيب الأول قضيب ثان بواسطة صفرة البيض بأن يدخل طرف أحدهما في طرف غلاف الآخر. يلف كالحنش حول القضيب الأول.
وهكذا دواليك. إلى أن تنفد القضبان . يدهن وجه الحلوى بمح البيض وتورد في فرن حام مدة 25 إلى 30 دقيقة
في ما مضى . كانت المحنشة توضع في طبسيل البسطيلة حيث تورّد من وجهيها على نار جمرات فحم متقدة.
وبعد أن تتورد المحنشة جيدا. ترتب في صحن مستدير. ويذر عليها السكر الصقيل وقليل من القرفة





بشكيطـــو

نوع من الحلوى جافة وهشة

المقادير

3 بيضات

250 غرام من السكر الصقيل

قشر ليمون حامض

3 ملاعق حساء حتى الشفة من ميزينة

مقدار ثلاثة أرباع كأس شاي من زيت كاوكاو

كيسان صغيران من خميرة الحلوى

400 إلى 600 غرام من الطحين الأبيض الرقيق بحسب قابلية التشرب

يخفق البيض والسكر الصقيل إلى أن يبيض الخليط جيدا. يزاد فيه الزيت ويواصل تضريب البيض بضع دقائق. ويضاف إليه الخميرة، وميزينة، وقشر الليمون مبشورا. يصب في هذا الخليط الطحين المنخول، قليلا قليلا، حتى الحصول على عجينة لينة.

تزيت المائدة، تؤخذ قطعة عجين وتبسط بالوراق ليعمل منها ورقة من سُمْك 3 ملم. يقطع فيها دوائر بِمِجْوَاب مستديرة. تصفف أولا بأول على صفيحة مزيتة. يدهن وجه القطع بمح البيض بواسطة مِرّقاش، وتنضج لمدة 10 إلى 15 دقيقة في فرن معتدل الحرارة.

الشـــاي

هناك أنواع متعددة من الشاي الأخضر، تتفاوت أوراقها غلظا ورقة، وتختلف في الجودة وطيب النكّهة.
الشاي الأخضر من النوع الرفيع ينقع، في الغالب، من دون نعنع.

النعنع

تختلف النعنع في مذاقها ، وكذلك في مظهرها باختلاف الجهات.
نعنع مكناس أحب إلى الناس من غيرها، سيقانها صلبة، وأوراقها ذات خضرة داكنة ونكهة جد عطرة. ويلزم دوما استعمالها جد طرية.

النباتات العطرة

في بعض البيوتات، حين فصل الشتاء، عندما يكون النعنع نادرا والموجود منه ضئيل العطر عديم النكهة، يُطيب الشاي ، آنئذ بنباتات عطرة أخرى مثل ، الشيبة، اللويزة، المردقوش، الحبق وزهر البرتقال.
الشاي الأخضر شراب الغني والفقير على السواء ، يعمل في أي ساعة من النهار ومن الليل وفي كل المناسبات. إنه يقدم مع البسمات، إلى الصديق ، وإلى الأقارب، وإلى الأجنبي عابر السبيل.
إن هذا المشروب المحرق، الزائد الحلاوة أو ناقصها تبعا لعادات الأُسَر وتقاليد النواحي، جزء من كرم الضيافة الذي اشتهر به المغاربة.
إن صواني الشاي، ذات الأرجل المستديرة، المصنوعة من النحاس، أو من المعدن الانجليزي المنقوش، مهيأة دوما ،
فعلى الصينية الكبرى ، تصفف الكؤوس والبراريد.
وعلى الصينية الصغرى ، علب أسطوانية، من نفس المعدن، فيها الشاي الأخضر ، والنعنع، والنباتات العطرية، وقطع السكر.

عند الاستقبال

في وقار وحسن سمت، يقبل رب البيت على تهيئة الشاي، فيجلس إلى الصواني بينما البابور المتصاعد البخار في متناول يده. يبدأ بتشليل البراريد بالماء الغليان (سعة البراد في الغالب 3/4 ليتر) ثم يضع مقدار ملعقتين أو ثلاث ملاعق صغيرة من الشاي في كل براد ويصب فيه مقدار نصف كأس صغيرة من الماء الغليان ، يهز بيده البراد هزا ثم يفرغ الماء في كأس معدة لهذا الغرض.
بعد ذلك، يضع في البراريد قطع السكر الكافية حسب ذوقه، ويملأها بالماء الغليان. إن كأس الشاي الأولى هذه المعدة من غير نعنع، لهي في عرف الذواقين الحقيقيين ألذ الكؤوس وأشهاها. وبالطبع، ينبغي أن يكون الشاي من النوع الرفيع.
ينقع الشاي على مهل في البراريد مدة بضع دقائق، ثم يحركه رب البيت بملعقة صغيرة، ويذوقه، ويُقيِّمُه، ثم يملأ بالبرادين معا كؤوس الضيوف حتى نصفها. وبينما يتذوق الضيوف الشاي ، مادحين صانعه على جودة الكأس الأولى، يعيد هذا الأخير صنع الشاي مشرق الوجه مبتسما، وفي هذه المرة يزيد فيه النعنع. .ففي البراريد التي نقع فيها الشاي أولا، يدخل حفنة من النعنع بعد أن يعتصرها في كفه، ثم يضيف إليها ملعقة صغيرة من حبوب الشاي وقطع السكر. ويملأ عندئذ البراريد بالماء الغليان، ويتأكد أن النعنع لم يَطْفُ على وجه الماء فيحترق. يغطى البراريد، أو يضعها في أعلى البابور، ويتركها تنقع على مهل.
ثم يحرك البراريد بالملعقة شديدا، ويسحق قليلا النعنع الراسب أسفل البراريد، بالملعقة، ويتحقق من تناسق المقادير.
وفي كثير من المهارة والحذق ، يصب قليلا من الشاي الحامي في كل كأس قابضا على براد في كل يد.
ويمكن بعدئذ تهيئة كأس ثالثة مع إضافة قليل من الشيبة لتقوية المشروب. وبالقياس إلى الذواقين، يمكن إضافة نباتات عطرية أخرى مثل اللويزة، والمردقوش، والحبق.

القهــوة

في المغرب، يُعوض الشايُ القهوةَ بلا جدال.
تهيأ القهوة على طريقة الأترك، تغلى ثم تحلى بالسكر، وتعطر بالقرفة وبماء الزهر.

التقطيـــر :

يُعمل ماء الزهر من أزهار الأُتْرُنْج. ماء الزهر موجود في السوق، ولكن الذي يعد في البيت أجود وأطيب عطرا.

في الربيع، تقطف الأزهار، وتنشر فوق نسيج نظيف ، مدة يومين، في مكان مسقوف، ثم يباشر بعد ذلك إعداد ماء الزهر.

يلزم نصف يوم لتقطير، كلغ من الزهر لاستخراج 10 ليترات من ماء الزهر.

ومن أجل التقطير تستعمل قطارة (إنبيق) من النحاس، مكونة من ثلاثة عناصر :

1) الجزء الأسفل المسمى « قدرة » وفيها يغلى الماء.

2) الجزء الأوسط ، الكسكاس، وهو إناء مثقب مثل كسكاس الكسكس، يوضع فيه الزهر المعد للتقطير.

3) الجزء الأعلى ، القطارة، وهي إناء مملوء بالماء، وله أنبوبان.

تملأ « القدرة » بالماء، وترمى فيها حفنتان من الزهر وثلاث أُتْرُنْجات صحيحة، وتترك تغلى. ينصب الكسكاس على فم القدر، ويملأ بالزهر ويغطى بالقطارة المملوءة بالماء البارد. تضم الآنية الثلاثة. توضع قنينة من سعة ليتر تحت فم الأنبوب الأسفل الذي يسيل منه الماء المقطر قطرة بقطرة، وهو بخار ماء القدر الذي أُبْرِدَ بعد أن تصاعد عبر الزهر فتشبع بعطره. يفرغ ماء القطارة من الأنبوب الأعلى بمجرد أن يبدأ في السخونة ويعوض بالماء البارد. يلزم أن تكون النار معتدلة الحرارة.

عندما تمتلىء القنينة تسحب، وتوضع قنينة أخرى تحت الأنبوب الأسفل. تملأ هكذا العشر قنينات المهيأة، وتترك تبرد، ثم تسد سدا محكما. ولا يستعمل محتواها إلا بعد 4 أو 5 أشهر من التقطير. يقطر ماء الورد بنفس الطريقة.

المشروبات المُرَطِّبَة

الماء المُعَطَّـــــر

تلقى بضع حبات من المصطكة في مجمر فيه جمرات متقدة، وعندما يبدأ الدخان في التصاعد توضع جرة من الطين مقلوبة على المجمر. تترك الجرة تتشبع من عطر المصطكة بضع دقائق ، ثم يصب فيها ماء عُطِّر خفيفا بماء الزهر. يغطى ويترك يبرد قبل أن يشرب.

عصير البرتقال

يعمل عصير البرتقال، ويحلّى بالسكر حسب الذوق، ويعطر بماء الزهر.

عصير الليمون الحامض

يعصر الليمون الحامض التام النضج. يزاد فيه ماء كثير. يحلى بالسكر حسب الذوق، ويعطر بماء الزهر.

عصير العنب

تعصر عناقيد يانعة من العنب وتسحق، ثم تصفّى في مصفاة رقيقة. يعطر بقليل من الليمون الحامض، ويطيّب بماء الزهر والقرفة. يحلّى بالسكر خفيفا. فالعنب كثير الحلاوة بطبعه.

عصير الرمـــان

تغسل حبات الرمان الجيدة الصافية الحمرة وتسحق في الطاحونة. يزاد عصير ليمونة حامضة، ويصفّى العصير بمصفاة رقيقة، يحلّى بالسكر حسب الذوق، ويعطر بماء الزهر.

حليب اللـــوز

المقادير :

250 غرام من اللوز
350 غرام من مسحوق السكر
1 ليتر من الماء
3 ليترات من الحليب
1/2 كأس شاي من ماء الزهر.

يقشر اللوز، ويخلط بنصف مسحوق السكر ويطحن في مطحنة الكفتة ثلاث مرات متوالة. تدق، قليلا قليلا، عقدة اللوز هذه في المهراس أكثر ما يمكن من الدق، ثم تترك تنقع في ليتر من الماء.

يخلط ما بقي من مسحوق السكر بالحليب، ويعطر بماء الزهر، ثم تصفى عقدة اللوز في مصفاة رقيقة مخروطية (الصيني)، وتخلط بالحليب المحلّى بالسكر، يقدم جد بارد.

إذا تيسر امتلاك مازجة (مكسير)، أمكن، بعد طحن عقدة اللوز في مطحنة الكفتة أن تعصر هذه العقدة في المازجة، بإضافة نفس مقدار الماء، قبل خلطها بالحليب المحلّى بالسكر وتصفيتها في المصفاة المخروطية (الصيني).









الفاكهـــــة

تحتل الفاكهة، لكثرتها، ولذاذتها، وتنوعها، منزلة رفيعة في المغرب.
يمتاز المغرب بظروف مناخية مواتية، يواكبها تنوع كبير في التربة.
فالمغرب ، إذن بلد فلاحي بالأصالة ـ تتيسر فيه زراعة البواكير وغراسة الفواكه ـ ولكن الحمضيات، على الأخص (البرتقال، الليمون ، البمبلموس إلخ) تتوافر لها أحسن الظروف لإعطاء إنتاج موزع على طول السنة كلها ، من أجل ذلك تبذل الحكومة المغربية مجهودات عظيمة لتنمية فلاحتها وتصدير منتوجاتها.
وهكذا يبعث ببرتقال المغرب اللذيذ إلى كل أطراف الدنيا على مدار السنة جميعها : الناڤيل ـ منذ نوفمبر ـ السانگين ـ والواشنطون، تلك الأصناف التي ألفناها، واختبرنا جودتها. فالمغاربة ولوعون جدا بهذه الثمار.
هذه الفاكهة الغنية بالسكر، والماء ، والڤيتامينات، الرخيصة الثمن، هي دعامة السكان من بدو ورحل وحضريين، وقرويين : التمر، والدلاح، والبرتقال، واللوز، والزيتون والليمون ، تكملة ضرورية لتغذية كثيراً ما تكون جد بسيطة في الأسرة المغربية. تقدم الفاكهة في كل المناسبات. فهي على كل حال خاتمة عادية للوجبة. فالطبخ المغربي يملك عدداً محدوداً من أنواع العقبة (التحلية). فمجموعة أصناف التحلية في الطبخ المغربي لا تعدو بعض المحليات، وأنواعا من الفطائر والسفنج، والحلوى المعسولة. وفي ما فصل من ذلك في هذا الكتاب خير دليل.
من أجل ذلك، فهذه الفواكه الطرية اليانعة والمتنوعة تقدم بكثرة وافرة وجوبا عند نهاية كل وجبة ـ وقد تعمل منها « سلاطة فاكهة ». ومن جهة أخرى تدخل هذه الثمار في صنع أطعمة عدة. فالكسكس يزين بالزبيب واللوز ، واللحوم والطيور تأتلف مع البرقوق.
الزيتون : الأخضر منه والأحمر والأسود، يرفع بنكهته من طعم الطواجين الناضجة على مهل.
الليمون المرقد والبرتقال ينسجم مع اللحوم والخضر : النتيجة لذاذة ومتعة.
أثناء النهار وحين ساعاته الحارة، يستحب امتصاص برتقالة، أو العض في خوخة، أو أكل عنقود عنب حبة حبة، أو التلذذ بماء مشمشة ذهبية ناضجة تماما.
وبالقياس إلى السائح، فالمتعة المتجددة لديه دوما أن يتملّى أجمل معرض الفواكه والخضر التي جمعت ألوانا منها وأصنافا، لا توجد قرية مهما بلغت درجتها في البساطة، وليس فيها دكان فواكه وخضر يسحر النظر إليه سواء تحت ضوء الشمس الساطع أو على وميض مصابيح الغاز حين ينزل الليل.
المغربي مجبول على حس الألوان وتجانس الأشكال، وهو قدير أن يعرض على زبوناته أكثر « اللوحات » إغراء وأقواها جاذبية، وهن بدورهن سيعرفن كيف يملأن سلالهن بمختلف الأصناف لإمتاع الذواقين الأكثر تشددا وإلحاحاً.

محتويـــات الكتـــاب

الوصفات المطبوعة بالأسمر الداكن أيسر الأنواع صنعا

تأليف وجبة
3 مقترحات

1) ضلعة محمّرة
- صنف من الكسكس بحسب الاختيار
- سلة فواكه متنوعة

2) سمك في الفرن
- الدجاج بالليمون الحامض المرقد
- سلة فواكه،متنوعة

3) قضبان متنوعة (أصابع كفتة، فرمات كباب، فرمات قلب) مع صحون صغيرة من السلاطة
- الدجاج محمر
- بسطيلة بالحليب

Conseiller gastronomique Claude JOLLY - Photos de Roland De VASSAL, et de Pierre Alain FOURNIER pour les pages 20-123-166-176-177. - les meubles photographiés pages 72-134-172 et sur la page de jaquette sont de la collection FARID BEL KAHIA - © Tous droits réservés pour tous pays par la Société d'Edition et de Diffusion AL MADARISS. 10, rue Jean-Bouin - Casablanca - Maroc
Dépôt légal - 3e trimestre 1980 - N° d'Éditeur 1
IMP. A. HUMBLOT NANCY

وليمـــة مغربيـــة

إن الصعوبة التي يجدها المرء في تناول طعام طاجين بالأصابع، وبأسلوب سليم، لتعوضها تلكم اللذة التي فيها المتاع كل المتاع.

إن الجلوس حول مائدة مستديرة وواطئة، على فُرش ووسائد ونمارق، والأكل مباشرة من الطاجن الحامي، ليتطلب آدابا خاصة، كثيرا ما تتنافى والحياة العصرية. لكن تلك الأعراف والعادات لا تزال سائدة في بعض البيوتات التقليدية.

في الماضي، كانت المآدب المعدة للرجال، والمآدب المعدة للنساء، تكاد أن تتوالى في غير انقطاع، داخل تلك القصور الفخمة الرابضة في دروب وأزقة المدن العريقة.

في صحن الدار الوضيىء الذي ترطبه المياه المنبجسة من نافورة أو سقاية، يتربع جوق الآلة الأندلسية. وبينما يسوي أفراده أوتار آلاتهم في تؤدة وأناة، تظهر «الدادة» المهابة تحمل بيدها طستا مفضضا وإبريقه وتدور بهما على الحاضرين مؤذنة بحلول وقت الطعام.

ثم يظهر في قعر «الميدة» بعد أن يرفع عنها المكب المخروطي، الطاجين الأول والبخار منه يتصاعد، وستتلوه طواجين أخرى : المشوي، البسطيلة، والبريوات كمقبلات، يتبعها الدجاج، ثم طواجين اللحوم، وتختم الوجبة دوما بالكسكس.

وكان الضيوف الجالسون حول المائدة يعرفون أن من اللائق أن لا يبدأوا في تناول الطعام حتى ينبري رب البيت فيبسمل ويمد يده إلى الطعام، فتمتد من بعده الأيدي لتأخذ من الطاجين». لا تستعمل الأصابع ثلاثة من اليد اليمنى.

أما المشروبات (عصير الفواكه، حليب اللوز، الماء المعطر بماء الزهر) المصفوفة فوق صينية وضعت على منعدة، فلن تقدم إلا عند الطلب، وليس قبل منتصف الوجبة، ليتاح للمدعوين أن يتلذذوا بطعم الطواجين الشهية.

وكان السيد الوجيه والذواقة المتأنق في المطعم يعرف بالمنديل الذي يبقى نظيفا على حجره، وبالبسمة الرزينة المعبرة عن الاستحسان والتقدير، والانبساط في الجلسة... وهكذا... فإن استعمال الشوكة أخذ يظهر في المغرب ويزاحم التقاليد شيئا مّا.

ولكن، إذا كانت «البوفيات» أخذت تعوض مآدب الأسلوب القديم الكبرى حيث الأطباق تتتابع الواحد بعد الآخر، فقد احتفظنا في المآدب التي لا يعدو مدعووها العشرة، بمائدتنا المستديرة الرائعة، وبوثارة فُرشنا. من الممكن أن تكون هذه المائدة منصوبة في جمال بغطائها المطرز، وبأدوات الأكل الفضية، وبالصيني الرقيق الشفاف، وبالبلور الزاهي، ومع ذلك فهي تحتفظ بمظهر انطلاق ينشئه، بالتأكيد، اختلاط الضيوف، وهيئة الجلوس، والنغم الأندلسي الرتيب الوئيد، واستقبال رب البيت الحار الكريم، والدفء المنبعث من المبخرة حيث يحترق عود الصندل العطر المنبىء بالانتهاء من الأكل والإقبال على تهيئة الشاي المنعنع الذي تقدمه، غالبا سيدة المنزل المرتدية للقفطان المغربي الأنيق (انظر طريقة تهيئة الشاي).

الميدة : مائدة مستديرة عميقة نحو مّا، تكون من الخشب أو من المعدن المفضض يغطيها مكبّ مخروطي، يكون من نفس معدن المائدة المفضض، أو من الدوم المزين بالجلد.

الدادة والداية : نوع من المربيات يقوم بدور مهم في بعض الأسر المغربية.

بسمل : قال «بسم الله الرحمن الرحيم».